

# CASISTICA TISANOREICA INERENTE AL PROTOCOLLO BASE, MEDIO E URTO



Atti del XXXI congresso della Società Italiana di Medicina Interna, Bologna 17/10/2009

Babbolin G.<sup>1</sup>, Cenci L.<sup>2</sup>, Cucchi A.<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Medicina Generale, ASL 5 Arzignano, Vicenza

<sup>2</sup> Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione, ASL 6 Vicenza, Vicenza

<sup>3</sup> Sezione di Igiene e Medicina del Lavoro, Università di Ferrara, Ferrara

## Abstract

**Introduzione:** lo scopo di questo lavoro è quello di provare l'efficacia dei vari protocolli (base, medio e urto) previsti dal metodo tisanoreica su un gruppo di persone sovrappeso ovvero obese senza la concomitante presenza di altre forme patologiche.

**Materiali e metodi:** la casistica è stata valutata presso il Centro Studio Tisanoreica e ha coinvolto 42 clienti (41 femmine, 1 maschio), divisi come segue: 13 persone hanno seguito il protocollo base (età media 38,4 anni); 5 persone hanno seguito il protocollo medio (età media 39,4 anni); 24 persone hanno seguito il protocollo urto (età media 47,0 anni). Il campione non presentava forme patologiche quali ipertensione, dislipidemia ovvero alterazioni metaboliche di diverso genere dalle citate; la maggioranza del campione si collocava nella fascia del sovrappeso. L'osservazione è stata proporzionale alla durata del protocollo e le persone interessate sono state sottoposte a valutazione antropometrica: plicometria (pliche bicipitale, tricipitale, sovrailiaca e sottoscapolare successivamente elaborate con la formula di Durnin e Womersley) o bioimpedenziometria (modello Body Analyzer – LG3), peso, circonferenza vita e fianchi all'inizio dell'intensiva (tempo iniziale), e alla fine della stabilizzazione (tempo finale).

**Risultati:** tutti i pazienti hanno raggiunto una riduzione ponderale, la cui entità aumenta con la durata del protocollo. Parallelamente all'entità della riduzione ponderale, aumenta la riduzione della massa grassa. In media, la riduzione ponderale è pari a 4 kg per il protocollo base, 5,6 kg per il protocollo medio e 7 kg per il protocollo urto. Il dato che viene confermato anche in questo lavoro è che il rapporto tra la variazione di massa grassa su variazione ponderale nel protocollo urto è superiore rispetto al protocollo base o medio. Per quanto concerne le circonferenze il protocollo:

- base riduce, in media, la circonferenza fianchi di 5.27 cm e la circonferenza vita di 6.31 cm
- medio riduce, in media, la circonferenza fianchi di 6.33 cm e la circonferenza vita di 7.83 cm
- urto riduce, in media, la circonferenza fianchi di 7.9 cm e la circonferenza vita di 9.7 cm

**Conclusioni:** i risultati consentono di affermare che il metodo tisanoreica, finalizzato alla riduzione ponderale, permette di conseguire dei risultati a prescindere dall'età del soggetto, inoltre, tali risultati aumentano con la durata del protocollo. Oramai è assodato che anche una modesta riduzione ponderale determina un miglioramento dei valori pressori, del profilo lipidico e del compenso glico-metabolico riducendo significativamente i fattori di rischio favorenti lo sviluppo di malattie cardiovascolari, metaboliche e neurologiche, senza citare le numero forme border-line. Secondo l'OMS (2008) sono 17 milioni l'anno i morti nel modo, per infarto o ictus; questo dato, da solo, è utile per capire l'importanza del risultato ottenuto. Attualmente è in corso il follow-up, per supportare quanto solitamente già si verifica: i clienti che ottengono risultati soddisfacenti sono decisamente più inclini a seguire una dieta equilibrata e ad intraprendere una moderata attività fisica al fine di mantenere lo stato di benessere ed il livello di autostima che consegue al sentirsi in armonia con il proprio corpo.

