

**Oggetto:** Invio Test Medico: Sindrome da Fatica Cronica e Obesità Pluridistrettuale

### **Materiali e Metodi:**

Sono stati arruolati volontariamente 6 pazienti, trattati per un mese secondo il seguente schema:

- **Gruppo A (Placebo):** 3 pazienti di età compresa tra 40 e 65 anni.
- **Gruppo B:** 3 pazienti della stessa età hanno assunto per 20 giorni 50g di PastaProteica (30% proteine). A tutti i partecipanti è stata prescritta attività fisica moderata e una dieta moderatamente ipercalorica, con presenza di grassi essenziali (es. salmone, pesce azzurro) e una buona dose di antiossidanti (es. agrumi, cavoli, peperoni gialli e rossi). Tutti i partecipanti al test hanno bevuto acqua minerale oligominerale (2-3 litri al giorno). I pazienti che assumevano farmaci in regime di comorbidità hanno continuato ad assumerli regolarmente. La soddisfazione generale riferita ai trattamenti è risultata buona. Tutti i pazienti del gruppo B hanno seguito negli ultimi 10 giorni del test un protocollo alimentare denominato Ketovis (aminoacidi essenziali in Aminovis e vitamine e sali minerali in Idrovis) con l'aggiunta di sole verdure.

### **Principali Endpoint:**

Valutazione della sindrome da fatica cronica ex antea ed ex post, stress, inappetenza, funzione immunitaria, glicemia postprandiale, rapporto colesterolo LDL/HDL, decremento ponderale.

### **Risultati:**

In entrambi i gruppi, ma in misura maggiore nel gruppo B, si è osservata una riduzione della sindrome da fatica cronica e un miglioramento della cenestesi generale. Lo stress, valutato con il POMS, è rimasto invariato nel gruppo A ma è diminuito nel gruppo B, con un miglioramento del tono dell'umore. Per quanto riguarda l'inappetenza, il gruppo B ha riportato un maggiore beneficio, con un incremento della forza, del dinamismo e un'azione eutrofizzante, riducendo complessivamente la fatica cronica. La funzione immunitaria si è rafforzata in tutti i gruppi, ma soprattutto nel gruppo B, con un aumento delle difese organiche, inclusa la linfocitosi TCD8+m. La glicemia postprandiale è diminuita nel gruppo B a valori medi di circa 145 mg/dl, mentre il rapporto LDL/HDL è sceso da 7,92 a 3,58. La perdita di peso media nel gruppo B è stata di circa 3,5 kg.

### **Discussione:**

Il miglioramento degli endpoint, inclusa la sindrome da fatica cronica, può essere attribuito sia al trattamento dietetico che all'attività fisica, già note in letteratura. Tuttavia, l'integrazione con il protocollo Ketovis (che induce e replica il digiuno attivando la chetosi) ha avuto un impatto significativo sul sistema immunitario, sull'inappetenza, sullo stress e sulla fatica cronica, in concorso con antiossidanti e grassi essenziali. La riduzione della glicemia postprandiale è probabilmente legata alla ridottissima presenza di zuccheri nel protocollo Ketovis, mentre il miglioramento del rapporto LDL/HDL può essere spiegato con l'assunzione di fibre nella PastaProteica e nelle verdure del protocollo Ketovis. L'idratazione con acqua oligominerale, grazie al basso residuo fisso, ha favorito l'eliminazione delle scorie azotate e, come acqua ipotonica, ha contribuito all'espulsione dei microliti, agendo sulla microlitiasi renale. Inoltre, si deve citare la rinnovazione cellulare e l'aggressione lipidica indotta dalla chetosi, riconducibili al protocollo Ketovis.

### **Conclusioni:**

Alla luce dei risultati emersi, si ritiene opportuno, a qualsiasi età ma soprattutto in età presenile e senile, integrare la propria dieta con prodotti come la PastaProteica, seguire il protocollo Ketovis e bere acqua oligominerale per migliorare lo stato di salute generale e la cenestesi personale.

### **Salvatore dott. Ilaria**

Medico Nutrizionista, Dietologo Clinico, Specialista in Medicina dello Sport  
Via A. D'Urso 1, 83047 Lioni (AV)  
Mobile: 3384850386