

INTERÉS

- Abordaje médico personalizado de manera controlada, desde las etapas de pérdida de peso hasta las de estabilización.
- Pérdida de peso esencialmente a expensas de la masa grasa con preservación de la masa magra.
- Ausencia de sensación de hambre o cansancio, transcurridos los primeros días, que debe prevenir cualquier frustración relacionada con la dieta.

PRINCIPIOS

- Supresión muy importante de los glúcidos y los lípidos.
- Aporte de proteínas de alto valor biológico, manteniendo un balance nitrogenado equilibrado.
- Utilización de los ácidos grasos liberados y de los cuerpos cetónicos producidos (cetosis), como sustratos energéticos.
- Regulación y prevención de los trastornos del comportamiento alimentario y del humor por el aporte, desde el inicio del tratamiento, de aminoácidos específicos, precursores de los neuromedadores responsables de los mismos.
- Suplementación micronutricional individualizada para evitar cualquier carencia.
- Reintroducción progresiva de los alimentos siguiendo los principios de la Cronobiología Nutricional.

Así se implementa el concepto global de **Rythmonutrition®**, que asocia:

- una dieta de aporte proteico de eficacia científicamente probada con una rápida pérdida de peso.
- una regulación en lo inmediato y a largo plazo de las alteraciones del comportamiento alimentario y la estabilización del peso.
- una aplicación de los últimos avances en Cronobiología Nutricional para propiciar una correcta reeducación y alcanzar así el equilibrio alimentario.

INDICACIONES

- IMC > 25
- IMC normal pero elevado % M.G. (Masa Grasa)
- Obesidad centroabdominal (androide)
- Complicaciones derivadas del sobrepeso y la obesidad (síndrome metabólico, DMNID, patologías reumatológicas, etc.)
- Necesidad de pérdida rápida de peso por causas médicas

CONTRAINDICACIONES EN LAS FASES CETOGÉNICAS (F1, F2 Y F3) :

- Trastornos del ritmo cardiaco
- Diabetes Mellitus Insulinodependiente
- Insuficiencia cardiaca, hepática o renal
- Accidente cardio o cerebro-vascular reciente (menor o igual a 6 meses)
- Corticoterapia sistémica general prolongada a dosis elevadas
- Embarazo, lactancia, menores de 16 años o personas mayores comórbidas.
- Patología psiquiátrica grave.
- Enfermedades graves y/o evolutivas (infecciosas, neoplásicas, etc.)

PARA MÁS INFORMACIÓN, RECUERDE QUE PUEDE CONTAR CON EL ASESORAMIENTO DE NUESTRO EQUIPO MÉDICO-DIETÉTICO.

infomed-es@ysonut.com

• Los consejos de utilización (indicaciones sobre las fases de la dieta de aporte proteico, posología, frecuencia de las consultas...) son proporcionados a título meramente orientativo y deberán ser adaptados a cada paciente según el criterio de un profesional de la salud.
• La duración del tratamiento dependerá de cada situación en función de los resultados obtenidos.
• La toma de complementos alimentarios no puede en ningún caso sustituir los eventuales tratamientos convencionales que se puedan requerir.
Todos los derechos reservados y reproducción, incluso parcial, estrictamente prohibida. Documento de uso exclusivamente médico

YSONUT
La Rythmonutrition

Laboratorios Ysonut
C/Provença, 249-251, Principal 2ª
08008 BARCELONA
Telf.: 93 488 10 96 – Fax: 93 487 14 46
Internet: www.ysonut.es

Sede logística
C/Holanda, 16 – Pl. Recinto Ferial
17600 FIGUERES
Telf.: 900 100 200 – Fax: 900 100 174
NIF: B61741112 – N° RSIPAC 40.07044/CAT – 26.06158/CAT
NEVA 2009/0794/09/08/6/V

Memento **Protéi**fine®

Guía práctica de uso médico

YSONUT
La Rythmonutrition

—Protéifine®—	FASE Estricta	FASES MIXTAS		FASES DE TRANSICIÓN		EQUILIBRIO ALIMENTARIO
	FASE 1	FASE 2	FASE 3	FASE 4	FASE 5	FASE 6
Duración de las fases	Pérdida del 75% del excedente ponderal			Pérdida del 25% del excedente ponderal		Permanente
Frecuencia de las visitas	cada 7-15 días			Cada 15-30 días		Seguimiento y control adaptados
Número de productos Protéifine®	4 a 6	3 a 5	2 a 4	1 a 3	1 a 3	0 a 2
De los cuales productos Protéifine limitados a (3 – 8g) de glúcidos	1 producto al día como máximo			1 a 2	1 a 2	0 a 2
Número de comidas «tradicionales»	0	1	2	3	3	4 a 5
Verduras con bajo contenido en glúcidos (ver fichas de fase)	A voluntad			A voluntad		
Verduras con moderación (ver fichas de fase)	Con moderación 200g al día como máximo			Con moderación 200g al día máximo	A voluntad	
Otras verduras	0	0	0	0	A voluntad	
Proteínas animales en la comida y/o en la cena	0	150 g de carne roja, pollo, pavo o dos huevos en la comida y 200 g de pescado, marisco o moluscos o 150 g de pollo o pavo en la cena		150 g de carne roja, pollo, pavo o dos huevos en la comida y 200 g de pescado, marisco o moluscos o 150 g de pollo o pavo en la cena		IDEM salvo 150 - 200g de carne en la comida
Proteínas animales en el desayuno	0	0	0	1 huevo o 1 loncha de jamón o 25 g de queso (20 à 30% de MG)		2 huevos o 2 lonchas de jamón o 50 a 75g de queso
Pan (excluir el pan blanco)	0	0	0	30 a 40g		40 a 60g
Cereales-féculas	0	0	0	0	1 ración de 90 g en peso cocido en la comida	1 ración de 150 g en peso cocido en la comida y +/- 75 g en peso cocido en la cena
Frutas	0	0	0	1 ración en la merienda		1 cítrico en la comida 1 ración en la merienda y/o media-mañana
Aliños	1 a 2 cucharadas soperas de aceite de oliva			1 a 2 cucharadas soperas de aceite de oliva		

LA PRIMERA CONSULTA EN LA PRÁCTICA:

- Primera parte – Evaluación del sobrepeso:**
- Anamnesis: antecedentes familiares y personales, histórico del sobrepeso,...
 - Búsqueda de signos o síntomas de trastornos del comportamiento alimentario o del humor (cuestionario de neuromediadores).
 - Examen clínico completo y estudio biométrico (impedanciometría; cálculo del IMC; medición del perímetro de circunf. abdominal, etc.)
 - Petición de pruebas complementarias: kalemia, creatinina, uricemia, ferritinemia, TSH, perfil lipídico, perfil hepático, glucemia con hemoglobina glicosilada, etc.; ECG (después de los 40 años o si hay problemas cardiovasculares o sospecha de alteración del ritmo cardiaco,...); otros exámenes en función de los signos clínicos si es preciso (ecografía abdominal, etc).
 - Motivaciones y objetivos (cálculo del objetivo ponderal propuesto).

Segunda parte (o, si preciso, segunda consulta) Prescripción de la dieta:

- Resultados del estudio y pruebas complementarias (si es 2ª consulta y/o no aportados previamente)
- Explicación comprensible y detallada de los fundamentos del tratamiento
- Elección y explicación de la Fase Protéifine de inicio del tratamiento
- Cálculo del número de productos Protéifine (ver el cuadro)
- Programación de la suplementación micronutricional Inovance®

Documentos Protéifine a entregar al paciente:

- La ficha fase Protéifine correspondiente
- La Guía Nutricional « PROTÉIFINE »
- El certificado médico conforme no presenta contraindicaciones para realizar la dieta de aporte proteico Protéifine
- La hoja de pedido « Protéifine – Inovance »
- El manual del paciente

APORTES PROTEICOS DE LOS PRODUCTOS PROTÉIFINE

1 Sobre o 1 diet'up Protéifine
3 Tostadas Protipain P.
2 Galletas artesanales P.
6 Grisines P.
1 Bolsa de snacks P.
1 Cacao express P.

18g de proteínas por ración

1 Barrita P.

15g de proteínas por ración

1 Listo para tomar P.
1 Macarrones/tallarines P.

18 a 30g de proteína por ración

CÁLCULO DE LA CANTIDAD DE PROTEÍNAS (PESO EN G) POR DÍA *

Mujer P = 1,2 x 25 x T² (m)
Hombre P = 1,5 x 25 x T² (m)

EJEMPLO DE SUPLEMENTACIÓN MICRONUTRICIONAL DIARIA:

Inovance®	FASE 1	FASE 2	FASE 3	FASE 4	FASE 5	FASE 6
Sodium	2 a 6	2 a 6	2 a 6	INOVANCE Drenaje, Lipo Actif, Probióticos Digestivos, Equilibrio Metabólico, Hepatic Detox, Según las indicaciones		
Potassium	2-0-2	2-0-2	1-0-1			
Vitaminas Minerales	2-0-0	2-0-0	2-0-0			
Calcium	2-0-0	2-0-0	2-0-0			
Magnesium	1-0-1	1-0-1	1-0-1			
Omega 3- Omega 6	1-0-1	1-0-1	1-0-1			
Actividad Física	Muy moderada	Moderado (20 a 30) 2 a 3 veces por semana	Retomar la actividad física habitual			

APORTES GLUCÍDICOS DE LOS PRODUCTOS PROTÉIFINE

1 Sobre o 1 diet'up Protéifine
3 Tostadas Protipain P.
6 Grisines P.
 Toda la gama de hipocalóricos

menos de 3g de glúcidos por ración

2 Galletas artesanales P.
6 Grisines al orégano P.
1 Bolsa de snacks P.
1 Cacao express P.
1 Barrita P.
1 Listo para tomar P.
1 Macarrones/tallarines P.

de 3 a 8g de glúcidos por ración

OBJETIVO PONDERAL PROPUESTO

P (en Kg) = 25 * T² (en metros)
(P=peso; T=talla)

* según las recomendaciones de la OMS y la AFSSA -2008