

De PronoKal-methode

1. **Wat is de PronoKal®-Methode?**

Het is een gepersonaliseerd programma voor gewichtsverlies, veilig en doeltreffend, onder strenge medische controle. Het doel van de methode is het behoud van het verkregen gewicht dankzij het aanleren van nieuwe eetgewoonten.

-

2. **Waaruit bestaat de methode?**

In de beginfasen is de methode gebaseerd op het Proteïnedieet met eiwitten met een hoge biologische waarde, aangepast aan de behoeften van elk organisme. Na de eerste fase doorlopen we een reeks fasen waar wij de verschillende groepen voedingsmiddelen zullen integreren, tot een evenwichtig dieet verkregen wordt.

-

3. **Is ketose gevaarlijk?**

Nee. Ketose zal altijd gecontroleerd worden door een arts die de PronoKal®-Methode kent. Deze zal tijdens het eerste bezoek oordelen of de patiënt de behandeling kan volgen en of er contra-indicaties zijn.

-

4. **Bestaat er een minimumleeftijd voor de behandeling? En een maximumleeftijd?**

Ja, personen jonger dan 16 jaar mogen de behandeling niet volgen. Dit geldt ook voor personen ouder dan 65 jaar.

-

5. **Men heeft me gezegd dat men zeer snel gewicht verliest. Hoeveel kilo zal ik in een week verliezen?**

We kunnen niet exact zeggen hoeveel kilo je in een week gaat verliezen, aangezien het verlies afhankelijk is van de eigenschappen van je metabolisme. Wat we je echter wel kunnen verzekeren is dat het verlies veel sneller gaat dan bij andere diëten, en dat men vooral verliest waar men meer vet heeft.

-

6. **Ik heb andere koolhydraatarme diëten gevolgd en ik heb me daarbij moe gevoeld. Hoe zal ik mij met deze methode voelen?**

De ketonenlichamen produceren een psychostimulerend effect, waardoor de patiënt zich goed en vitaal voelt. Bovendien vermijdt de behandeling altijd gebreken dankzij de passende natrium-, kalium-, magnesium-, calciumsupplementen evenals vitamines en andere mineralen.

-

7. **Is het medisch onderzoek noodzakelijk?**

Ja, dit is onontbeerlijk om met de behandeling te kunnen beginnen. De arts zal de doelstellingen voor het gewichtsverlies vastleggen, de staat van je metabolisme bepalen en mogelijke contra-indicaties elimineren.

-

8. **Wat bevatten de zakjes?**

Zij bevatten eiwitten met een hoge biologische waarde, van ovo-lacteovegetarische afkomst. Elk zakje bevat 15 gram eiwitten.

9. **Wat gebeurt er wanneer de behandeling ten einde is? Zal ik het verloren gewicht recupereren?**

Als u alles etappen doorlopen hebt en in elke fase nieuwe eetgewoontes hebt geleerd, zal u uw gewicht behouden. Indien u echter na de behandeling in de slechte gewoonten hervalt, zal uw gewicht zeker terug toenemen.

10. **Moet ik nog iets anders nemen dan de zakjes**

Je arts zal je ook de natrium-, kalium-, magnesium-, calciumsupplementen en andere vitamines en mineralen voorschrijven om tekorten te vermijden.

De ProKal Studie

Tot op heden nemen 63 patiënten die al 6 maanden geregistreerd zijn, deel aan de studie. Ze zijn verdeeld in 2 groepen, waarvan er 33 de PronoKal® Methode (Proteïedieet) volgen en ze zijn al 32 weken in behandeling.

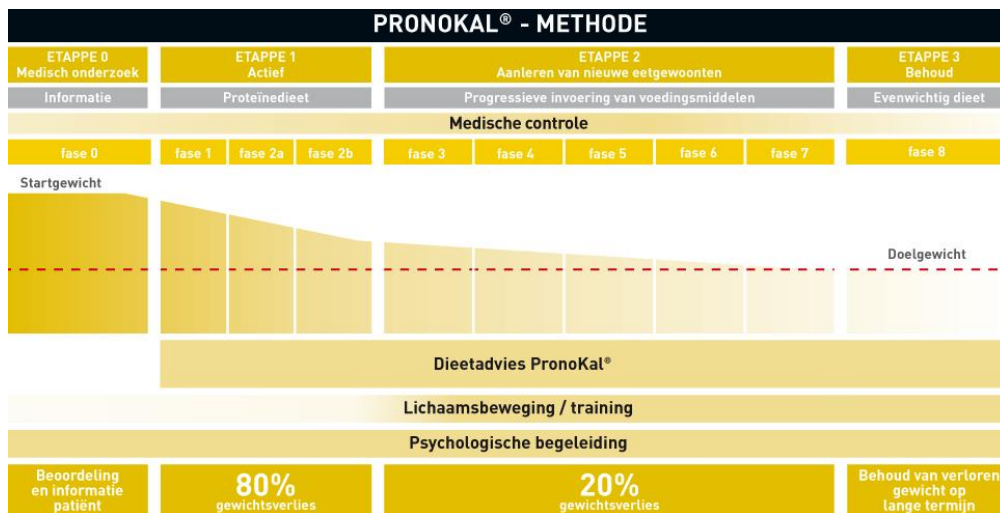
De belangrijkste bevindingen van de ProKal studie tonen aan dat het Proteïedieet volgens de PronoKal® Methode leidt tot een **gewichtsverlies en vermindering van de buikomvang die beide drie keer hoger** zijn dan bij patiënten die een caloriearm dieet volgen. Bovendien verbetert de bloedsuikerspiegel en het lipidenprofiel. Eveneens is de **tevredenheidsgraad** van patiënten die de PronoKal® Methode volgen opmerkelijk, want **96,6%** geeft aan **tevreden of uitermate tevreden** te zijn.

De groep onderzochte personen bestaat uit 80 patiënten van verschillend geslacht, tussen de 18 en 65 jaar, met een BMI groter of gelijk aan 30, verdeeld in twee gelijke groepen. De eerste groep, de studiegroep, bestaat uit zwaarlijvige patiënten die de PronoKal® Methode (Proteïedieet) voor gewichtsverlies volgen. De tweede groep, de controlegroep, wordt bevolkt door zwaarlijvige patiënten die een evenwichtig caloriearm dieet volgen voor gewichtsafname, met een calorie-inname 10% lager dan het basaal metabolisme.

*“Waar deze behandeling op basis van een Proteïedieet zich onderscheidt, is de multidisciplinaire benadering van de patiënt. Hierbij spelen de diëtisten en voedingsdeskundigen een belangrijke rol, ze staan in voor een grondige opvolging van de patiënt. Ze laten hem of haar kennismaken met heerlijke menu’s, die zorgen voor variatie in het dieet en geven de patiënt voortdurend ondersteuning tijdens het aanleren van nieuwe eetgewoonten en het behoud van gewicht op lange termijn”*merkt dr. Goossens op.

De PronoKal® Methode

De Methode, die sinds kort op de Belgische markt is, bestaat uit 3 stappen en is gebaseerd op een Proteïedieet. Obesitas en overgewicht worden aangepakt op een multidisciplinaire wijze. Dit betekent dat iedere patiënt kan rekenen op een arts die een speciale opleiding gevolgd heeft en die de opvolging op zich neemt tijdens het hele proces van gewichtsverlies. Daarnaast is er een team van diëtisten en voedingsdeskundigen die voedingsadvies geven en instaan voor opvolging, tot 2 jaar na het behalen van het vooropgestelde gewicht. Een fitnessexpert reikt gevarieerde oefeningen aan, specifiek gericht op elke stap van de behandeling en er is een team van deskundigen die emotionele ondersteuning bieden en de nodige psychologische steun verstrekken.



PronoKal® - een bedrijf begaan met de gezondheid van de samenleving - voert in Europa al zeven jaar een strijd tegen overgewicht en obesitas. Als deel van haar filosofie pleit ze voor een impuls aan studies, gericht op het aanpakken van deze ziekte, die uitgeroepen is tot een epidemie op wereldschaal. Daarom heeft PronoKal® in de loop der jaren heel wat studies gelanceerd zoals de Studie Promesa I, Studie Promesa II, Studie DiaProKal en de Vergelijking tussen een gewoon caloriearm dieet en een Methode op basis van het PronoKal® Proteïedieet bij Mexicaanse volwassenen.

Een multidisciplinair team, de sleutel tot succes

Een perceptie-onderzoek, uitgevoerd door PronoKal® afgelopen juli bij 2400 personen over de motivaties en percepties ten tijde van het gewicht verliezen, bevestigt dat om en nabij de 65% van de ondervraagden de hulp van een professioneel iemand tijdens het proces van gewichtsverlies als belangrijk of zeer belangrijk beschouwt, opdat het succes heeft.

In wezen, is dit altijd het standpunt van het bedrijf geweest, dat van mening is dat een gezamenlijke behandeling van de patiënt vanuit verschillende gezondheidsgebieden noodzakelijk is.

Zo gaat de behandeling eerst door een grondige medische controle en begeleiding. Deze deskundige geeft de patiënt de nodige richtlijnen om het gewicht op een juiste manier te verliezen, zodat langzaam aan de voedingsmiddelen terug gebracht worden in het dieet om zo een evenwichtige voeding te verkrijgen op basis van hun persoonlijke caloriebehoeften. Hij zal bovendien de belangrijkste voorschrijver zijn van de sportactiviteiten en zal een serie oefeningen aanbevelen die geschikt zijn voor hun gewicht en behandelingsfase.

Een team van diëtisten-voedingsdeskundigen zullen voorlopig per telefoon begeleiden en tegelijkertijd elke keer de voortgang van de patiënt controleren.

Van hen zal de patiënt gedetailleerd voedingsadvies krijgen en tips ontvangen waar de patiënt zijn voeding mee kan veraangenamen en veranderen.

Via de Club PronoKal®, hebben de patiënten ook de mogelijkheid om advies te vragen aan een sportadviseur die al hun twijfels en vragen over de voorgestelde sportactiviteiten en oefeningen zal oplossen. Zo beschikken de patiënten ook over gemoedsadvies via een coach die hen zal helpen om zich bewust te zijn van het veranderingsproces waar ze door heen gaan en hoe ze elk gedeelte van het proces kunnen overwinnen.