



Herbalife Niteworks: Provata l'efficacia nello studio clinico

L'arginina aiuta gli anziani ciclisti a migliorare le prestazioni

LOS ANGELES, 6 Aprile 2010 (BUSINESS WIRE) - ciclisti con età superiore ai 50 hanno avuto un miglioramento delle loro prestazioni dopo l'assunzione di supplementi di arginina per tre settimane, secondo uno studio appena pubblicato dall' International Society of Sports Nutrition.

"Nelle persone di questa età, la capacità di esercizio può essere ridotta con conseguente calo della forma fisica generale che può avere effetti sulla salute ", ha osservato Luigi Gratton , MD vice presidente del Medical Affairs di Herbalife.

Un gruppo di 16 ciclisti maschi , dai 50 ai 73 anni, sono stati suddivisi a ricevere chi un supplemento Niteworks (Herbalife International , Los Angeles), contenente 5,2 grammi di L-arginina, chi invece un placebo di simile aspetto; sono stati poi invitati a proseguire con il loro solito regime di allenamento ciclistico per un periodo di tre settimane di studio.

Dopo tre settimane , quelli che prendevano il supplemento hanno avuto un aumento della loro soglia anaerobica (il punto in cui il lattato comincia ad accumularsi nel sangue , con conseguente affaticamento muscolare).

" L'arginina è coinvolta nella produzione di ossido nitrico nel corpo ", osserva Gratton ", e l'ossido di azoto è stato associato con il miglioramento delle prestazioni fisiche attraverso i suoi effetti benefici sul sistema vascolare . " Nelle persone di questa età, la produzione di ossido nitrico diminuisce, per questo i ricercatori ritenevano che la somministrazione di arginina avrebbe sostenuto la produzione di ossido nitrico e migliorato le prestazioni.

La soglia anaerobica dei soggetti dello studio è stata valutata sia prima che dopo il periodo di tre settimane di studio . In coloro che hanno ricevuto il supplemento , **la loro soglia anaerobica è aumentata del 16,7% dopo una settimana** , e rimasta costante durante le tre settimane , mentre quelli nel gruppo placebo non hanno manifestato alcun cambiamento.

"Questo indica un potenziale ruolo di arginina per migliorare il rendimento di esercizio nei soggetti più anziani , "ha detto Gratton ", ed il miglioramento delle prestazioni potrebbe significare una forma fisica migliore e una vita più sana ".

NOTA: Lo studio, condotto presso la UCLA e finanziata da Herbalife , ha utilizzato formula originale di Herbalife Niteworks . Il prodotto attuale ha una formula leggermente diversa , anche se non sono state apportate modifiche ai principi attivi .

Niteworks è stato creato sulla base di una ricerca condotta dal Dr. Lou Ignarro, che ha ricevuto il Premio Nobel nel 1998 per il suo lavoro sull' ossido nitrico. Ignarro è membro dello staff scientifico della società e Nutrition Advisory Board .

Fonte: Herbalife Ltd.