



Akkermansia Muciniphila

per la salute gastrointestinale negli atleti di endurance

Questo studio condotto dal dottor Giorgio Tassone su atleti di endurance ha testato Akkermansia Muciniphila pastorizzato per ridurre disturbi gastrointestinali. Dopo 30 giorni, i sintomi gastrici sono diminuiti del 76,6%, quelli intestinali del 19,7% e sistemici del 53,5%, con una riduzione complessiva della sintomatologia del 40,6%. I risultati suggeriscono che questo postbiotico può migliorare la performance e il benessere degli atleti.

I disturbi gastrointestinali rappresentano una sfida comune per gli atleti di endurance che, spesso, a causa della durata e dell'intensità degli allenamenti, soffrono di nausea, diarrea e gonfiore intestinale. Tali sintomi, non solo si ripercuotono negativamente sulle performance atletiche, ma incidono anche sulla qualità della vita di chi ne soffre.

Alla base di questi disturbi, gioca un ruolo importante l'aumento della permeabilità intestinale che, a sua volta, è influenzata dalla composizione del microbiota intestinale, elemento cruciale nel mantenere l'equilibrio non solo dell'intestino, ma anche del sistema immunitario e dell'intero organismo. Ecco allora che un innovativo studio pilota che ha testato i benefici di un postbiotico molto promettente, ovvero Akkermansia muciniphila pastorizzato, un batterio che vive nello strato di muco intestinale e sembra avere proprietà uniche nel promuovere la salute gastrointestinale e sistemica. Un team di ricercatori ha arruolato 10 atleti di endurance (9 uomini e 1 donna, 22-58 anni) per valutare l'efficacia di un nutraceutico a base di Akkermansia muciniphila pastorizzato. Gli atleti hanno assunto 30 miliardi di Akkermansia muciniphila pa-



storizzato al giorno per 30 giorni, mantenendo la loro dieta e il loro regime di allenamento invariati. La valutazione si è basata su questionari personalizzati somministrati prima e dopo il trattamento. Sono stati analizzati i sintomi gastrointestinali, lo stato generale di salute e il livello di idratazione cellulare tramite bioimpedenziometria. L'obiettivo era confrontare la situazione pre e post trattamento per ogni atleta. I dati emersi dallo studio pilota offrono uno spaccato incoraggiante sull'efficacia del trattamento con Akkermansia muciniphila pastorizzato. Gli atleti che hanno partecipato alla ricerca hanno mostrato una notevole riduzione dei disturbi gastrointestinali e sistemici, dimostrando il potenziale di questo postbiotico nel migliorare il benessere di chi pratica sport di endurance. Nel dettaglio, la sintomatologia gastrica - spesso la più debilitan-

te per gli atleti, con manifestazioni come nausea e bruciore - ha registrato una drastica riduzione del 76,6%. Questo miglioramento si traduce in un significativo sollievo durante e dopo l'attività fisica, favorendo una maggiore concentrazione sulla performance sportiva.

I sintomi intestinali, come diarrea e gonfiore, hanno evidenziato un calo del 19,7%. Anche se meno marcata rispetto alla sintomatologia gastrica, questa riduzione rappresenta un passo avanti importante per contrastare fastidi che compromettono spesso l'allenamento e la gara.

Ancora più significativo è il dato relativo ai sintomi sistemici aspecifici, ovvero quei disturbi che, pur non localizzati esclusivamente nell'apparato gastrointestinale, incidono negativamente sullo stato di salute generale. In questa categoria rientrano affaticamento, debolezza e malesseri

diffusi, che hanno subito un calo del 53,5%. Una riduzione di tale portata indica un miglioramento complessivo del benessere e della capacità di recupero fisico degli atleti.

Infine, la riduzione complessiva della sintomatologia, pari al ****40,6%****, sintetizza il beneficio globale del trattamento. Un solo atleta ha riportato un peggioramento del transito intestinale, mentre non sono emersi eventi avversi severi.

Questi risultati suggeriscono che l'utilizzo di Akkermansia muciniphila pastorizzato non solo riduce i disagi legati allo sport intenso, ma può rappresentare un valido supporto per migliorare la qualità della vita degli atleti e rappresenta un primo passo verso una nuova frontiera per la nutraceutica sportiva, in cui la salute del microbiota diventa il fulcro per ottimizzare la performance e il benessere.



4700 Farmacie allestite
43 Anni al vostro servizio



Nuova apertura - Caivano (NA)



Nuova apertura - Somma Vesuviana (NA)

**PROSSIME
CONSEGNE
CONCORSO
CAMPANIA**

**Contattaci per
una consulenza
e un preventivo**

GRATUITO !!

**rinnova la tua farmacia
senza interrompere
la tua attività'**



Nuova apertura - Caserta (CE)

Visita il nostro sito www.afkfarmacie.com e contattaci a info@afkfarmacie.it

AFK s.r.l. Via Mengaroni 20 - 61025 Montelabbate (PU) Tel. +39 0721 491323