

## CONSENSO INFORMATO – ProLon

COGNOME \_\_\_\_\_, NOME \_\_\_\_\_,

LUOGO E DATA DI NASCITA \_\_\_\_\_,

Il protocollo Mima Digiuno di ProLon è un programma alimentare a ristretto contenuto calorico della durata di cinque giorni, da seguire mediante l'utilizzo dell'apposito kit, durante i quali vengono fornite dalle 1100 alle 800 kcal per giorno.

Tale protocollo, se non eseguito secondo le avvertenze e con la supervisione di un medico o di un nutrizionista esperto, può portare ad effetti collaterali anche gravi.

Non possono assolutamente approcciare alla Dieta Mima-Digiuno:

1. Le donne in gravidanza o durante l'allattamento;
2. Le persone che soffrono di disturbi dell'alimentazione (anoressia, bulimia, BED);
3. Le persone con BMI < 18,5 kg/m<sup>2</sup> o con livelli di massa muscolare molto bassi;
4. Persone oltre i 70 anni e/o che risultano cagionevoli di salute (spesso soggette a influenza, febbre, infezioni);
5. Persone affette da rare mutazioni genetiche che bloccano la produzione di glucosio da fonti come glicerolo e amminoacidi;
6. Persone affette da patologie croniche senza l'approvazione del medico curante;
7. Persone che assumono farmaci in cronico senza l'approvazione del medico curante;
8. Persone che utilizzano insulina o farmaci ipoglicemizzanti, l'abbinamento con la DMD può essere letale;
9. Persone che hanno la pressione bassa e/o che sono in terapia antipertensiva senza l'approvazione del medico curante.
10. Atleti durante periodi di training o competizione.

La frequenza con cui eseguire il protocollo ProLon, che può variare da 1 volta ogni 1-6 mesi, ed in casi eccezionali 1 volta ogni 2 settimane, deve essere stabilita dal medico o dal nutrizionista.

Durante il ciclo ProLon è necessario assumere esattamente gli alimenti contenuti nel kit. L'assunzione di ulteriori cibi potrebbe ridurre o eliminare l'efficacia della dieta. La mancata

assunzione di uno o più alimenti rischia di non fornire al proprio organismo i macro ed i micronutrienti essenziali, con tutti gli effetti collaterali che possono derivarne.

È necessario assumere quotidianamente adeguati quantitativi di acqua. A tal proposito è necessario consultarsi con il proprio medico o nutrizionista.

Durante i 5 giorni della Dieta Mima-Digiuno:

1. si consiglia di evitare sforzi fisici di qualsiasi natura;
2. è opportuno non abbinare la DMD con sbalzi termici come docce molto calde e prolungate soprattutto nei periodi estivi;
3. è raccomandata l'interruzione di attività fisiche o sportive;
4. bisogna astenersi dal bere bevande diverse dall'acqua o da quelle specificamente indicate. È assolutamente sconsigliato assumere bevande alcoliche;
5. bisogna prestare la massima attenzione alla guida ed evitare di guidare per lunghi tragitti.

Durante i cinque giorni di ciclo si potrebbe andare incontro ai seguenti effetti indesiderati:

1. fame;
2. stanchezza e spossatezza;
3. mal di testa;
4. dolori muscolari;
5. vertigini;
6. irritabilità;
7. sonnolenza;
8. nausea;
9. cambiamenti d'umore.

Il sottoscritto dichiara di aver preso visione e pienamente compreso il presente consenso informato ed è cosciente che è sua responsabilità seguire attentamente le istruzioni e riferire al medico o al nutrizionista ogni problema significativo che possa essere collegato all'esecuzione del suddetto protocollo alimentare.

DATA

FIRMA

---

---