REVIRTIENDO LA DIABETES

Hoja de investigación clínica

“La investigación medica confirma que hasta el 50% de los diabéticos tipo 2 pueden hacer desaparecer el riesgo y dejar de tomar medicamentos en un periodo de hasta tres semanas al adoptar un dieta baja en grasas y que sea basada en alimentos de plantas y al hacer ejercicio diariamente.”

Anderson, JW y Ward, K: Altos carbohidratos, Dietas altas en fibras para personas con Diabetes mellitus.



La ciencia confirma… Las pruebas confirman que una dieta baja en grasas ha revertido la diabetes tipo 2 en animales de laboratorio.

En un estudio científico publicado el 9 de Septiembre de 1998,” …Los doctores siempre han sabido que las personas pueden controlar su diabetes al hacer ejercicio, este es el primer estudio científico que enseña que la diabetes tipo 2 puede ser completamente revertida en animales al reducirles las dietas grasosas. Aún más, los resultados enseñan que al reducir las grasas, y no tan solo el peso enseña que este el mecanismo principal detras de tal reversion.”



Richard Surwit, PhD et al, Septiembre de 1998 Metabolismo. Universidad de Duke

En un programa actual en Weimar’s Newstar lifestyle Center, en el cual los pacientes de diabetes tipo 2 comen una dieta baja en grasas y se ejercitan diariamente estan experimentando un éxito similar al revertir la diabetes. Muchos han dejado completamente la insulina y todo tipo de medicamento y han mantenido sus niveles de azúcar normales. La neuropatía ha sido revertida y las funciones renales se han mejorado en muchas personas.

Ateroesclérosis el gran asesino de los diabéticos, tambien responde favorablemente al programa de NEWSTART.

El 50%de los diabéticos tipo 2 tiene niveles de azúcar normales sin ningún tipo de medicamentos en un tiempo tan corto como tres semanas.

El 80% con neuropatía diabética no han tenido más dolor en sus pies y manos.

Otros beneficios al practicar este plan incluyen:

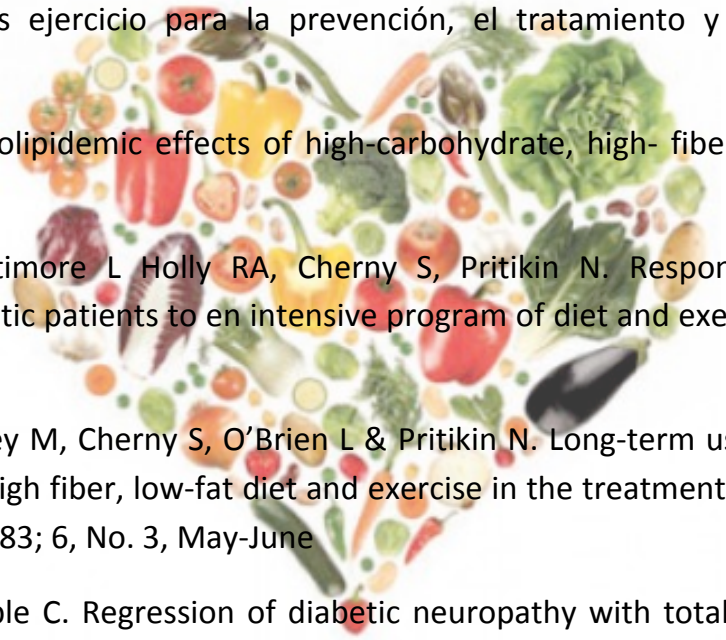
El 80% de los hombres tienen niveles normales de la presión de la sangre sin tomar ningún medicamento.

Un 25 % de redución de colesterol en la sangre llega hacer algo común.

Un 35% de incremento en la capacidad de hacer ejercicio ocurre.

Crane, MG and Sample, C: Regresión de la neuropatia diabética con una dieta vegetariana total (vegan). J Nutr Med 1994; 4:431-439.

Las investigaciones científicas apoyan una dieta baja en grasas y aprueban una dieta vegetariana, más ejercicio para la prevención, el tratamiento y la reversión de la diabetes tipo 2.



Anderson J. Hypolipidemic effects of high-carbohydrate, high- fiber diets. Metabolism 1980; 29:551

Barnard RJ, Lattimore L Holly RA, Cherny S, Pritikin N. Response of non insulin-dependent diabetic patients to en intensive program of diet and exercise. Diabetes Care 1982; 5:370-74

Barnard J, Massey M, Cherny S, O'Brien L & Pritikin N. Long-term use of High complex-carbohydrates, high fiber, low-fat diet and exercise in the treatment of NIDDM patients. Diabetes Care 1983; 6, No. 3, May-June

Crane MG, Sample C. Regression of diabetic neuropathy with total vegetarian (vegan) diet. J Nutr Med 1994;4:431-39.

Dodson PM, Pacey PH. Bal P, Kubicki AJ, Fletcher RF, Taylor KG. A controlled trial of a high fiber, low fat and low sodium diet for mild hypertension in type 2 (non insulin dependent) diabetic patients. Diabetologia 1984: 27:522.

Kiehm TG, Anderson JW, Ward K. Beneficial effects of a high carbohydrate, high fiber diet on hyperglycemic diabetic men. Am J Clin Nutr 1976; 29:895-899.

Morley GK, Mooradian AD, Levine AS, Morley JE. Mechanism of pain in diabetic peripheral neuropathy. Am J Med 1984;77:79-82

Nicholson AS, Sklar M, Gor S, Sullivan R, Browning S. The very low fat, high-fiber diet in treatment of NIDDM: a randomized, controlled, intervention study. 1997, in press.

Parekh P, Petro A, Tiller J, Feinglos M, Surwit R. Reversal of diet-induced obesity and diabetes in C57BL/6J Mice. Metabolism 1998;47,9:1-8

