

Stručná analýza klinických štúdií, ktoré deklaruje výrobca sušienok BEBE Dobré ráno

Odborná monografia s klinickými štúdiami:

http://www.hnutizadobrousnidani.cz/_dataPublic/hard_pdf/BBDR-Monografie.pdf

Tento textový doplnok patrí k článku: "*Prečo vám BEBE nevydrží na celé dopoludnie*", ktorý nájdete v úplnom znení na: www.vladozlatos.com/blog

Pri dôkladnej analýze klinických štúdií, prichádzame na niektoré nedostatky:

Prvá izotopická klinická štúdia (naše poznámky sú kurzívou)

- štúdia je vykonávaná porovnaním vplyvu sušienok BEBE Dobré ráno (*s vysokým obsahom SAG = nízky GI*) a extrudovaných cereálií (*s nízkym obsahom SAG = vysoký GI*)
- jedna skupina probandov (testujúce osoby) konzumuje BEBE (?) a druhá skupina extrudované cereálie
- obe skupiny s cereáliami konzumujú aj polotučné mlieko (*lenže mlieko obsahuje tuk, ktorý spomaľuje vyprázdňovanie žalúdka, čo túto štúdiu značne skresľuje a vylepšuje výsledky metabolickej odozvy testovaných sacharidov a domnievame sa, že pre tento dôvod bolo mlieko pridávané účelovo*)
- na grafickom výsledku (str. 15) je znázornené porovnanie vplyvu BEBE a extrudovaných cereálií (*Dole je uvedený zdroj, ktorý nás značne mátie. Zdá sa, že túto štúdiu urobili úplne iní vedci ako niekto zaplatený výrobcom OPÁVIA. To by znamenalo že v skutočnosti sa vôbec netestovali produkty BEBE ale nejaké iné podobné výrobky? Takto znie celý bibliografický odkaz citovaného zdroja*):
 - Vinoy S, Normand S, Meynier A, Lang V, Laville M (2005) Low GI plain biscuitbased breakfast induced a low insulin response and a sustained release of exogenous glucose appearance rate. *Annals of nutrition and metabolism*; 49 (Suppl 1): 394.
- grafický výsledok ukazuje iba miernu inzulínovú odozvu po konzumácii cereálií BEBE (*ako sme spomínali, tento výsledok je skreslený, pretože bolo použité aj mlieko, inak by odozva na inzulín bola rádovo vyššia, čo by už ale znamenalo to, že produkty BEBE nie tak úplne fungujú*).

Druhá a tretia metabolická klinická štúdia (naše poznámky sú kurzívou)

- metodika týchto štúdií je identická ako v prvej štúdii, rozdiel je v tom, že sa sledovala detailnejšie hladina cukru v krvi a hladinu inzulínu a to každých 10 alebo 15 minút
- výsledok 2. a 3. štúdie (str. 16) bol opäť graficky porovnávaný medzi BEBE a extrudovanými cereáliami (*z týchto výsledkov je jasne vidieť, že aj raňajkové cereálie BEBE dosť výrazne zvýšili hladinu glykémie v krvi. Hladina glukózy bola v 30-tej minúte po konzumácii dokonca nad 7,0 mmol/l čo oproti fyziologickej norme dospelých [4,2 - 6,1 mmol/l v žilovej krvi alebo plazme] je vysoká hodnota. Samozrejme porovnanie s extrudovanými cereáliami je zavádzajúce, pretože od začiatku je jasné, že tie budú mať vždy horšie výsledky oproti BEBE keksom, pretože majú vyšší GI. Okrem toho sa výsledky nesprávne a zavádzajúco interpretujú tak, aby poukázali že BEBE sú oproti extrudovaným cereáliám na tom lepšie v otázkach fyziologického vplyvu. Áno, to je pravda, ale v otázkach ako veľmi ovplyvnili hladinu*

Viac o výžive na: www.vladozlatos.com

cukru v krvi v absolútnych číslach nie je ani zmienka. A to je veľmi zavádzajúca interpretácia výsledkov)

- vo výsledkoch je opäť citovaný ako zdroj Vinoy et al. 2005 a ešte jedna štúdia: Meynier et al. 2005 *(to zväzda k ďalšej otázke: uskutočnili sa v OPÁVII skutočne nejaké klinické štúdie alebo si jednoducho vyhládali a použili na vlastné produkty výsledky tých štúdií, ktoré testovali podobné produkty?)*

Štvrtá klinická štúdia *(naše poznámky sú kurzívou)*

- poslednej štúdie sa zúčastnili ľudia s inzulínovou rezistenciou *(ide o čiastočne "chorých" ľudí, ktorí majú len na krok pred úplným ochorením diabetes I. typu)*
- rozdiel medzi prvými tromi a touto štúdiou (str. 19) bol v tom, že namiesto mlieka testované osoby použili jogurt bez cukru (250g),
- metodické kroky ako: BEBE verzus extrudované cereálie, ostali zachované ale zvláštne sa manipulovalo s ďalšími ingredienciami (jogurt, cukor, oleje, iné) a (ne)tušíme prečo *(ak by tam tieto doplnkové potraviny chýbali, výsledok by veľmi zle dopadol, pretože uvedené doplnkové potraviny slúžia ako silný "spomaľovač" sacharidov, pretože obsahujú veľké množstvo tukov a bielkovín, ktoré neželaný metabolický efekt sacharidov spomaľujú)*
- vo výsledkoch sa samozrejme interpretuje opäť výhodnejšia metabolická odozva u skupiny testovacích osôb, ktoré konzumovali BEBE
- na záver je priznaný opäť zdroj, kde je tento krát je uvedené, že výsledky sú prevzaté od: Harbis et al. 2004 *(to znamená, že v OPÁVII sa nekonali žiadne klinické štúdie, ale výsledky sa testovali niekde vo svete na podobných produktoch ako sú BEBE - možno ich však OPÁVIA prevzala od materskej spoločnosti KRAFT FOODS, ktorá si podobné štúdie na svojich produktoch zaplatila inde na svete).*

