

Клиническое исследование: продукт Niteworks™

Центр Питания Человека, Калифорнийский Университет (США)

Тема исследования

Исследование эффективности продукта Niteworks™, содержащего аргинин, в улучшении спортивных показателей у велосипедистов старшего возраста.

Специалисты-исследователи

Стив Чен, Вусонг Ким, Сьюзан Хеннинг, Кэтрин л.Карпентер, Заопинг Ли

Предмет исследования

В рамках исследования на протяжении трех недель наблюдалась группа из 16 мужчин в возрасте старше 50 лет.

С возрастом производство оксида азота в организме сокращается, поэтому исследователи предполагали, что прием аргинина может поддержать производство оксида азота на приемлемом уровне и тем самым повысить эффективность физической активности.

Программа исследования

Группа из 16 мужчин-велосипедистов в возрасте от 50 до 73 лет были произвольным образом распределены на 2 группы. Первая группа принимала биологически активную добавку к пище, содержащую 5,2 грамма L-аргинина. Вторая группа принимала плацебо (добавку, по внешнему виду напоминающую продукт первой группы, но не содержащую активное вещество). Обе группы спортсменов-любителей продолжили тренироваться в обычном режиме 3 недели, в течение которых продолжалось исследование.

Результаты исследования

По прошествии указанного времени у участников первой группы, принимавших продукт, содержащий L-аргинин, было зафиксировано повышение анаэробного порога – точки, в которой лактат (соль молочной кислоты) начинает накапливаться в крови, приводя к усталости. Анаэробный порог испытуемых оценивали до и после исследования, продолжавшегося 3 недели. У тех участников испытания, которые принимали продукт, содержащий L-аргинин, анаэробный порог увеличился на 16,7% уже после первой недели и оставался на этом уровне в течение всего времени исследования. В результате трехнедельного использования продукта, содержащего аргинин, первая группа участников исследования улучшила свои спортивные показатели. Анаэробный порог участников из второй группы, принимавших плацебо, не испытывал никаких изменений.

Публикация результатов исследования

Результаты данного исследования опубликованы в «Международном обществе спортивного питания» (International Society of Sports Nutrition) в марте 2010 г.

***Результаты, полученные участниками исследования, являются индивидуальными. Результаты использования продуктов Herbalife® могут различаться.*

Продукт Niteworks™, положенный в основу данного исследования, был создан на основе работы профессора Луи Игнарро, получившего в 1998 году Нобелевскую премию* за изучение влияния оксида азота на сердечно-сосудистую систему. Луи Игнарро является членом Научно-консультационного совета Herbalife.

Член Научно-консультационного совета профессор Луи Игнарро о результатах исследования продукта Niteworks™

«С возрастом способность человека выдерживать физические нагрузки снижается, что приводит к снижению ежедневной активности и в итоге негативно сказывается на качестве жизни.

Аргинин участвует в производстве оксида азота в организме. В то же время оксид азота влияет на улучшение показателей в ходе выполнения физических упражнений, поскольку оказывает благотворное воздействие на сосудистую систему.

Результаты исследования свидетельствуют о потенциальной роли аргинина в повышении работоспособности у людей пожилого возраста. А это может означать возможность вести более активную насыщенную жизнь».

