

## Kalibra® Med: percorso nutrizionale integrato nella gestione farmacologica del peso



Kalibra Med è un percorso clinico strutturato che affianca la terapia farmacologica nella gestione e riduzione del peso corporeo, offrendo un supporto nutrizionale mirato e supervisionato dal professionista.

L'obiettivo è **ottimizzare gli esiti del trattamento**, sostenendo la **preservazione della massa magra**, promuovendo il miglioramento della **composizione corporea** e facilitando un'alimentazione equilibrata e sostenibile.

## Approccio nutrizionale su base fenotipica

Il programma Kalibra® Med si basa su **4 fenotipi dietetici di intervento**, definiti per genere, che consentono una personalizzazione del piano alimentare sulla base del **peso corporeo ideale** e del **fabbisogno proteico individuale**:

### FENOTIPI FEMMINILI



- Peso ideale: 60–65 kg**  
Apporto proteico: **75 g/die**  
(~**1,25 g/kg** peso corporeo ideale/die)
- Peso ideale: 70–75 kg**  
Apporto proteico: **85 g/die**  
(~**1,22 g/kg** peso corporeo ideale/die)

### FENOTIPI MASCHILI



- Peso ideale: 80–85 kg**  
Apporto proteico: **100 g/die**  
(~**1,25 g/kg** peso corporeo ideale/die)
- Peso ideale: 90–95 kg**  
Apporto proteico: **110 g/die**  
(~**1,22 g/kg** peso corporeo ideale/die)

Questo schema consente al professionista di **definire il piano nutrizionale in modo personalizzato**, garantendo un apporto proteico ottimale a supporto del mantenimento della massa magra.

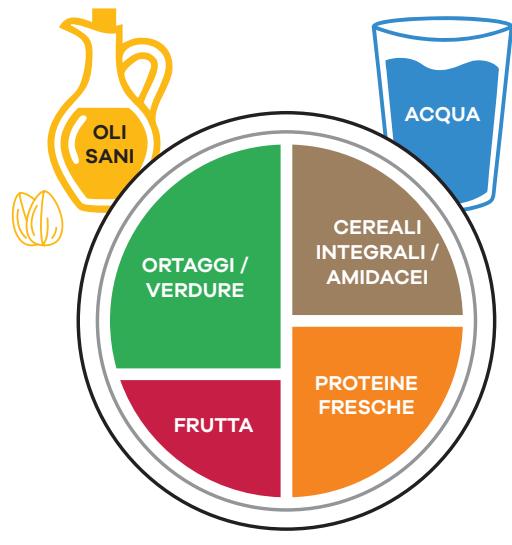
## Personalizzazione energetica e distribuzione dei macronutrienti

Ogni piano è formulato secondo i seguenti criteri:

- 40% carboidrati**, zuccheri semplici <10%, fibra 25–30 g
- 30–35% lipidi**, con prevalenza di **MUFA e PUFA**, e **SFA** <10%
- 20–25% proteine**

L'energia totale giornaliera viene definita in base al fenotipo e modulata sulle esigenze cliniche individuali.

	Energia (kcal/die)	Proteine	CHO	Lipidi
DONNA	1350 kcal	78 g (23,8%)	140,5 g (41,1%)	51 g (35,1%)
	1515 kcal	88 g (23,9%)	162 g (42,5%)	55 g (33,6%)
UOMO	1740 kcal	105 g (24,8%)	178 g (40%)	65 g (35,2%)
	1830 kcal	115 g (25%)	198 g (42%)	63 g (33%)



Scansiona il QR per vedere il piatto del mangiar sano



## Composizione del programma Kalibra Med

- Piano nutrizionale personalizzato** secondo il fenotipo, definito dal professionista
- Alimenti Kalibra®: Meal Replacement bilanciati**
- Protein Max** come integrazione proteica specifica

**Kalibra® Med offre al professionista un protocollo di intervento integrato, basato su evidenze nutrizionali e cliniche, per supportare in modo efficace la gestione del peso attraverso la sinergia tra farmacologia e nutrizione.**

