

# Mercado, Empresas & Cia.

## 14 MIL TONELADAS DE SÓDIO JÁ FORAM RETIRADAS DOS ALIMENTOS PROCESSADOS



Em quatro anos de funcionamento, o acordo entre o Ministério da Saúde e a Associação das Indústrias da Alimentação (ABIA) possibilitou a retirada de 14.893 toneladas de sódio dos produtos alimentícios. A redução equivale a 3.723 caminhões de 10 toneladas carregados de sal. A meta é que, até 2020, as indústrias do setor promovam a retirada voluntária de 28.562 toneladas de sal do mercado brasileiro. Os dados são resultado das três primeiras fases do acordo, que teve início em abril de 2011. Na terceira fase do acordo de redução de sódio, em que foram incluídas margarinas, cereais matinais, caldos (gel e cubos) e temperos prontos, 94,5% das 22 de empresas analisadas atingiram a meta. A maior redução foi observada nos temperos, com queda de 16,35% seguida pela margarina com 7,12%. Outras categoriais também registram queda: cereais matinais (5,2%), caldos e cubos em pó (4,9%), temperos em pasta (1,77%), tempero para arroz (6,03%). Caldos líquidos e em gel é a única categoria que

teve aumento na concentração de sódio (8,84%). A primeira etapa envolveu macarrão instantâneo, pão de forma e bisnaguinha. A segunda, bolos, *snacks* (batata-palha e salgadinhos de milho), maioneses e biscoitos. O acordo prevê mais uma etapa envolvendo produtos embutidos. O resultado deverá ser divulgado no próximo ano. As indústrias que não alcançarem o resultado esperado de redução são notificadas pelo Ministério da Saúde e devem encaminhar à pasta uma justificativa, além de uma nova estratégia para diminuir a quantidade de sal dos alimentos. Os produtos analisados continuam fazendo parte do programa, ainda com as metas alcançadas, e a cada ano, novas metas são traçadas visando maiores reduções. A ABIA reiterou a disponibilidade da indústria no cumprimento deste e de outros acordos. A partir de agora, o Ministério da Saúde e a ABIA iniciam discussões sobre uma nova parceria, desta vez para reduzir o açúcar nos alimentos processados.



**beneo**  
connecting nutrition and health

## BENEO LANÇA AMIDO DE ARROZ DE ALTO RENDIMENTO

A Beneo anunciou o lançamento do Rempure, o primeiro amido de arroz de alto rendimento da empresa que permite obter uma etiquetagem limpa e natural em todos os países do mundo. O amido nativo de arroz funcional, Rempure, apresenta alta estabilidade durante o processamento e funciona particularmente bem sob condições exigentes de processamento, tais como pH baixo, alta temperatura ou alta resistência. Tais características o tornam adequado para aplicação em processos de transformação, incluindo molhos, alimentos para bebês, sobremesas lácteas e preparações de frutas. O novo processo térmico de produção do Rempure é completamente natural, e com ele, o amido de arroz atinge níveis de rendimento comparáveis aos dos amidos alimentícios modificados quimicamente, mas sem o uso de quaisquer produtos químicos. O Rempure não adiciona sabor e melhora a estabilidade e a textura dos produtos ao longo de sua vida útil. Está disponível em diferentes versões, podendo ser cremoso ou possuir textura mais suave. Desta forma, os fabricantes de alimentos possuem, agora, uma gama versátil de amidos de arroz que permite aumentar a viscosidade para condições de processamento suave e exigente. Segundo a Beneo, este amido de arroz ajudará os fabricantes a criarem produtos que atendam ao interesse crescente dos consumidores por produtos naturais.

**Fonte de Sabores, Ingredientes e Tecnologia para a sua Empresa!**

**Soluções inovadoras para grandes performances**

Divisão  
**Food**  
Ingredients

Divisão  
**Flavors**

Divisão  
**Systems**

**Vocação para Desafios!**

[www.vogler.com.br](http://www.vogler.com.br)

55 11 4393 4400  
[vendas@vogler.com.br](mailto:vendas@vogler.com.br)

 /vogler.ingredients

 VoglerIngredients01

  
**Vogler**  
Ingredients



## GRUPO GNT CONSOLIDA LIDERANÇA NA PRODUÇÃO DE SPIRULINA

A demanda por alimentos que conferem cor à base de spirulina cresce substancialmente no mercado mundial de corantes de alimentos. O Grupo GNT, líder e pioneiro de mercado no uso de algas como ingrediente natural em soluções para colorir alimentos, está muito bem posicionado para atender às necessidades presentes e futuras de seus clientes: hoje, a empresa familiar produz uma quantidade de spirulina suficiente para colorir mais de um bilhão de porções de alimentos por ano.

Prevendo o crescimento futuro, já foi iniciada recentemente a construção de uma fábrica de spirulina adicional em sua sede em Mierlo, na Holanda, que irá mais do que dobrar a capacidade de produção de alimentos que conferem cor azuis e verdes da GNT. A crescente desconfiança dos consumidores com relação a aditivos corantes e a rápida evolução das possibilidades do uso da spirulina estimulam a demanda em todo o mundo. *“Cada vez mais, grandes empresas de alimentos e bebidas anunciam a substituição dos corantes artificiais. Sendo a única alternativa natural para corantes artificiais, tais como azul patente V (E 131) ou azul brilhante FCF (E 133), a alga desempenha um papel muito importante nas soluções de corantes naturais”*, afirma o Dr. Hendrik Hoeck, Diretor Executivo do Grupo GNT. *“Antecipando esse papel, a GNT foi a primeira a desenvolver alimentos que conferem cor a partir da spirulina há mais de 20 anos. É por isso que agora podemos suprir as necessidades atuais do mercado de forma ampla e dispomos da tecnologia de processamento e do conhecimento exclusivo necessários para fornecer produtos de alta qualidade e suporte a aplicações personalizadas”*. Construída de acordo com todo o expertise GNT e métodos de última geração, a nova fábrica de spirulina continuará a aperfeiçoar a produção da GNT e tornará o processamento ainda mais eficiente. A excelente relação de custo-eficiência é garantida pelo elevado nível de automação e baixo consumo de energia da fábrica. *“Com a nova fábrica, estaremos plenamente preparados para o futuro. Nossa posição de destaque como líder de mercado na produção de soluções de cores à base de spirulina será expandida*



e fortalecida ainda mais”, declara Hoeck. Segundo a empresa, as operações terão início em agosto de 2017.

O Grupo GNT oferece uma linha completa de tons azuis e verdes estáveis e de alto desempenho para quase todas as aplicações. É a única empresa com uma produção própria de spirulina, completamente integrada, desde o cultivo da matéria-prima até o processamento e a aplicação final. Para garantir a melhor qualidade e a plena disponibilidade, a produção e o fornecimento são monitorados continuamente pelos próprios biólogos da empresa. Como todos os alimentos que conferem cor da GNT, as soluções à base de spirulina são concentrados fabricados exclusivamente com métodos físicos e água. Não são usados solventes orgânicos, produtos químicos ou outros aditivos artificiais. Todos os produtos da GNT são ideais para aplicações com rótulos limpos e compreensíveis pelos consumidores.

A GNT é a líder global na manufatura de ingredientes feitos a partir de frutas, vegetais e plantas comestíveis para uso em alimentos. Com foco em soluções naturais para conferir cor - com sua linha Exberry® - a GNT está posicionada como autoridade no mercado, provendo soluções inovadoras de cores para as maiores marcas de alimentos e bebidas. Fundada em 1978, a GNT sempre se manteve uma empresa independente e familiar. Esta independência resultou em um foco estratégico de longo prazo em três áreas-chave: cultivo de matérias-primas de alta qualidade, otimização contínua da tecnologia de processamento com métodos apenas físicos, e know-how de aplicação. Uma devoção em prover aos clientes ingredientes de alta qualidade e soluções tem sido sempre a força que impulsiona a GNT. Com isto em mente, a GNT continua a oferecer soluções inovadoras e versáteis que são vitais para indústria de alimentos e bebidas globais que segue em rápido crescimento. Hoje, a GNT tem alcance mundial com múltiplos escritórios na Europa, Américas do Sul e Norte e Ásia, fornecendo soluções de cores para mais de 1200 empresas de alimentos e bebidas, incluindo sete das dez maiores empresas do ramo no mundo.



## ANVISA REGULA RÓTULO DE ALIMENTOS INTEGRAIS

A Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) vai passar a regular o mercado de produtos integrais. A proposta da agência é trazer critérios mínimos para que produtos possam se declarar como integrais. A expectativa é de que o texto proposto traga também regras específicas para as embalagens. Uma pesquisa feita neste ano pelo Instituto de Defesa do Consumidor (IDEC) com 14 biscoitos comercializados no Brasil como integrais demonstrou que apenas três continham farinha de trigo ou cereal integral como principal ingrediente. O levantamento, feito com base na análise das tabelas nutricionais estampadas nas embalagens dos alimentos, mostrou que outros seis produtos apresentavam farinha integral, mas em uma quantidade menor do que outros ingredientes. A análise mostrou, ainda, que cinco das marcas de biscoitos não apresentavam nenhum cereal integral na formulação, embora fossem comercializadas como tal. Em vez disso, traziam farelo ou fibra de cereal. A decisão de regular o tema foi aprovada na última reunião da diretoria da



agência. Segundo a ANVISA, o consumidor tem de ter o máximo de informação para poder diferenciar alimentos e não ser enganado.



## LIGHTSWEET RENOVA FÓRMULA DOS PRODUTOS COM STEVIA

A Lightsweet, detentora das marcas Lowçucar e Magro, desenvolveu uma nova fórmula para todos os produtos elaborados com stevia. Nessa reformulação, foi utilizado o Rebaudiosídeo A existente no mercado, obtido a partir das folhas de stevia, sem modificações químicas, que possui um potente poder de dulçor e níveis superiores a 95% de pureza. Segundo a empresa, com essa nova fórmula, os produtos apresentarão melhor estabilidade no processo de produção, o que acarreta em uma menor intensidade residual.

Condimentos compostos funcionais, especiarias premium, molhos, sabores do mundo todo e desenvolvimento de soluções completas.

Corantes naturais da **CNM**

**HELA** Condimentos e Especiarias

**CreativeFoods**, inclusões de biscoitos

**Dr. Suwelack**, Caramelos e logurtes em pó

**Smart Salt** substituto de sal baixo em sódio

Amêndoas e Pistaches da **Paramount Farms**

**AOM Advasterol** (Fitoesterol) e Tocoferol de soja

**DesertKing** Extrato de Quillaja, espumante natural

Derivados de mel de alta qualidade da **MN Própolis**

Romã liofilizada, em pó e suco concentrado da **POM**

Betaglucana de aveia a 70% e Sucralose da **L&P**

**Milne Fruits Berries** em sucos concentrados e MicroDried

Hela Ingredientes Brasil Com. Imp. Exp. Ltda. – [www.helaspice.com](http://www.helaspice.com)

Rua Francisco Leitão, 469 Cj. 1202 – Pinheiros – São Paulo-SP – 05414-901 – (11) 3068-8415



...flavours your world

CitriFi Fibra de laranja versátil:

- Hidrata a frio
- Estável
- Substitui gordura
- Substitui ovos





## PESQUISA DESTACA PROPRIEDADES DO SORGO

O sorgo, cereal conhecido por sua utilização na alimentação animal, pode se tornar uma rica matéria-prima para fabricação de produtos alimentícios para humanos. Uma pesquisa realizada pela Embrapa Milho e Sorgo selecionou variedades do cereal com grãos que contêm altos teores de ferro, zinco, proteínas, fibras e vitamina E, além de detectar a presença de compostos com alta capacidade antioxidante. Alimentos com essa propriedade podem auxiliar no combate a doenças crônicas como a obesidade, o diabetes e o câncer. Na América Central, Ásia e África, os grãos de sorgo já são usados na alimentação humana para produção de farinha e de amido industrial, bem como na fabricação de pães e biscoitos. Na América do Sul, Estados Unidos e Austrália, o cereal é usado basicamente na alimentação animal. Segundo os pesquisadores da Embrapa Milho e Sorgo, entre outras vantagens, por ser livre de glúten e possuir sabor mais suave, o sorgo poderá substituir o trigo na produção de alimentos *gluten free* e beneficiar indivíduos que têm algum grau de

intolerância a essa proteína, especialmente, os celíacos. Adicionalmente, o sorgo é um cereal cujos grãos possuem diversas cores de pericarpo (camada que envolve a semente), do branco ao marrom, por isso, em algumas preparações, como nos produtos à base de chocolate, por exemplo, utilizando-se farinha de grãos de pericarpo marrom, pode-se dispensar o uso de corantes artificiais. Além desses benefícios, os pesquisadores chamam a atenção para o fato de algumas cultivares de sorgo possuírem altos teores de nutrientes e de compostos bioativos, com elevada capacidade antioxidante, que poderão contribuir com a promoção da saúde. Dentre esses compostos, destacam-se as fibras, as antocianinas, os ácidos fenólicos, os taninos e o amido resistente. Resultados de estudos científicos têm demonstrado que compostos isolados do sorgo, principalmente os fenólicos, modulam parâmetros relacionados às doenças crônicas não transmissíveis, como a obesidade, o diabetes, as dislipidemias, as doenças cardiovasculares, o câncer e a hipertensão.

## PEIXE REDUZ PROBLEMAS OCULARES

Resultados de estudos recentes realizados pela Universidade Johns Hopkins, nos Estados Unidos, sugerem que pacientes que consomem menos peixes e mariscos são mais propensos a desenvolver DMRI avançada (Degeneração Macular Relacionada com a Idade). Os pesquisadores americanos reuniram e analisaram dados dietéticos e oftalmológicos de 2.520 idosos entre 65 a 84 anos. Nesse grupo, foram acompanhados de perto os participantes que já apresentavam drusas, acúmulos de substâncias tóxicas nas camadas mais profundas da retina, e os que tinham anormalidades no epitélio pigmentar da retina. Só então a relação entre o desenvolvimento de DMRI e o consumo de peixes e crustáceos foi examinada. Os resultados indicam que os idosos que consumiram uma ou mais porções de



peixes e crustáceos por semana, alimentos ricos em ácidos graxos ômega-3, tiveram um risco reduzido de desenvolver a DMRI em sua versão mais avançada, em comparação com aqueles que consumiam peixes ou mariscos com menos frequência. Além da pesquisa realizada na Universidade Johns Hopkins, outros estudos de base populacional têm mostrado uma associação inversa entre a ingestão dietética de ácidos graxos ômega-3 e o risco de DMRI tardia. Atualmente, um ensaio clínico randomizado, o AREDS2, conduzido pelo *National Eye Institute*, pesquisa o efeito que o ômega-3 e outros suplementos de ácidos graxos podem ter na progressão para DMRI avançada. O papel protetor dos peixes parece potencialmente ligado ao seu teor de ômega-3. Ainda não foram pesquisados completamente os impactos dos diferentes tipos de peixes ou frutos do mar como fator de proteção das doenças oculares, mas já se sabe que a ingestão elevada de peixes e frutos do mar, ricos em ácidos graxos

ômega-3, como o caranguejo e ostras, têm um efeito protetor sobre a retina, o que diminui o risco de desenvolvimento da DMRI. O ômega-3 é importante para preservar os pequenos vasos que irrigam os olhos e ainda protege a retina contra inflamações. Não são apenas os peixes que merecem fazer parte do cardápio com mais frequência: as nozes também são protetoras da visão. Dois punhados por semana aumentariam o escudo contra o declínio da mácula. O azeite de oliva é outro exemplo. Assim como as oleaginosas, o benefício vem da mistura de gorduras saudáveis e substâncias antioxidantes, aquelas capazes de atenuar os efeitos do tempo na visão. As gorduras benéficas selecionadas para o cardápio ainda mantêm um elo com a lubrificação do globo ocular. E quem se

sobressai de novo é o ômega-3, também consagrado no combate ao olho seco. Esse problema é causado por uma mudança na composição da lágrima que umidifica a córnea, que passa a evaporar mais depressa. Como os lipídios são ingredientes desse líquido, há evidências de que o ômega dos peixes e da linhaça contribua para restabelecer a normalidade das lágrimas. Ainda que não haja uma única causa conhecida para a origem da doença, acredita-se que a idade é o principal desencadeador da DMRI e que existem outros facilitadores para o aparecimento da degeneração macular, como por exemplo, o excesso de colesterol no sangue. A exposição à luz solar também pode desencadear a oxidação na mácula, por ocasionar morte celular na região e degenerá-la. Enquanto os estudos sobre a relação da dieta e a prevenção da degeneração macular avançam, a forma mais efetiva de prevenir a doença ainda é o exame oftalmológico de rotina, que deve ser feito anualmente.

## GELITA LANÇA INGREDIENTE QUE CONTRIBUI PARA GANHO DE FORÇA E MASSA MUSCULAR

Não alergênico e perfeito para o desenvolvimento de produtos *clean label*, o colágeno hidrolisado BodyBalance™ é o lançamento da Gelita para ganho de peso e massa muscular. Em combinação com exercícios de resistência, BodyBalance™ ajuda a combater a sarcopenia, como é chamada a síndrome da perda de massa muscular. Esse mal começa por volta dos 40 anos e avança com a idade. A sarcopenia afeta principalmente quem tem mais de 70 anos, aumentando os riscos de quedas e perda de mobilidade. Somente nos Estados Unidos, essa síndrome deve afetar mais de 200 milhões de pessoas até 2050. Desse total, até 20% correrão sérios riscos de perder sua mobilidade e independência. Um recente estudo da Universidade de Friburgo (Alemanha), realizado com 60 portadores de sarcopenia de mais de 65 anos, comprovou que, em apenas 12 semanas, a suplementação com o colágeno BodyBalance™ potencializa o ganho de força e de massa muscular atrelado à prática de exercícios de resistência. Em comparação com o grupo que recebeu placebo, o grupo suplementado com 15g/dia de BodyBalance™ mostrou significativo aumento de força e massa muscular, assim como expressiva redução da gordura corporal. O estudo foi recentemente publicado no *British Journal of Nutrition*, uma das

mais prestigiadas publicações de nutrição do mundo.

Sediada em Eberbach, Alemanha, a Gelita é especialista no fornecimento de gelatina e peptídeos de colágeno para as indústrias alimentícia e farmacêutica. Presente nos cinco continentes, a empresa detém *expertise* global no desenvolvimento de soluções inovadoras. Com mais de 135 anos de história, a Gelita está inserida no dia a dia das mais diversas aplicações: lácteos, sobremesas, cápsulas, suplementos, barras de cereais, entre outros. No segmento de saúde e nutrição, é reconhecida mundialmente por possuir estudos científicos e testes pré-clínicos e clínicos que comprovam a eficácia de sua variedade de soluções na categoria de colágeno hidrolisado. Além de beneficiar a pele, os músculos e células, a empresa oferece linhas de peptídeos bioativos de colágeno para a saúde dos ossos e das articulações.

**GELITA**  
Improving Quality of Life

## Ingredientes que fazem a diferença!



**Proteic Ingredients**

Partnership & Innovation

Ácidos

Aminoácidos

Aminoácidos Granulados

Aminoácidos Instantâneos

Cápsulas

Edulcorantes

Gomas

Proteínas

Funcionais Nutracêuticos

Conservantes

Corantes Hidrossolúveis

Outros Ingredientes

Para a **Proteic Ingredients** a qualidade das matérias-primas resulta na performance do produto final. Por isso, oferece aos segmentos alimentícios, farmacêuticos, cosméticos, ração animal, entre outros; a segurança de um excelente negócio com a mesma preocupação de seus clientes, colocando à sua disposição:

- Distribuições autorizadas nacionais e internacionais;
- Sistema de rastreamento para controle da logística;
- Produtos homologados com garantia de origem;
- Suporte técnico com profissionais experientes;
- Telemarketing ativo, próprio e informatizado;
- Presença em todo território brasileiro;
- Importação direta;
- Estoques reguladores;
- Agilidade na entrega;
- Moderno laboratório;
- Custos competitivos;
- Certificação ISO 9001.

Caso não encontre o ingrediente que precisa, consulte a **Proteic Ingredients**! A empresa que tem os ingredientes certos para o seu negócio.



**Televendas: 11 4646-1576**  
Matriz: Itaquaquetuba/SP - Filial: Itajaí/SC  
[www.proteic.com.br](http://www.proteic.com.br)

## CRESCIMENTO DO CONSUMO DE BEBIDAS DE ORIGEM VEGETAL ESTÁ ALINHADO A UM NOVO ESTILO DE VIDA

A indústria de bebidas tem um novo astro: as bebidas de origem vegetal. A taxa de crescimento destas bebidas está em alta e os especialistas preveem um aumento de 15% ao ano até 2020, alavancado, principalmente, por regiões como América do Norte, Brasil, China e Tailândia. Mas a África do Sul e alguns países da Europa também são mercados importantes para este crescimento significativo. Os especialistas atribuem esta tendência positiva primeiro à imagem e ao posicionamento do produto como uma alternativa aos lácteos, alinhando-o ao comportamento de consumo que surgiu nos últimos anos. Para pessoas cujo estilo de vida é focado em saúde e decisões de compra responsáveis, as proteínas vegetais estão cada vez mais presentes no cardápio. Isto porque elas trazem benefícios ao organismo: as bebidas de origem vegetal são naturalmente livres de lactose e normalmente têm menos colesterol e gordura que o leite animal. Mas elas têm o mesmo nível de proteínas, minerais e vitaminas e são mais fáceis de serem digeridas que os lácteos convencionais. Por conta da eficiência de recursos, estes produtos também têm



um bom comportamento ambiental. A origem dos ingredientes, os métodos de cultivo e o processamento e a embalagem também são pontos importantes para os consumidores. Alguns dos países que já têm um alto consumo per capita de bebidas de origem vegetal são Tailândia, China, Taiwan, Espanha, Malásia, Austrália e Estados Unidos.

## O EFEITO TERAPÊUTICO DOS ALIMENTOS FUNCIONAIS

Ter uma alimentação balanceada é um dos segredos para prevenir e tratar muitas doenças. Mas se forem incluídos alimentos que possuem componentes ativos poderosos, é possível potencializar esse efeito protetor. É o caso dos alimentos funcionais, que além das funções nutricionais básicas, exercem funções que colaboram para melhorar o metabolismo e prevenir problemas de saúde. Estes alimentos não agem como remédios curando doenças, mas são capazes de prevenir ou reduzir o risco do aparecimento de algumas delas. Se alguma doença porventura surgir, os alimentos funcionais não irão curá-la, somente agir para fortalecer o organismo. O efeito

terapêutico destes alimentos no organismo inclui ainda alteração na composição de gorduras corporais, regulação da coagulação do sangue, estabilização de funções psicológicas, redução na absorção do colesterol, influência nas atividades digestivas, intestinais, entre outras. Estudos têm investigado a ação dos alimentos funcionais sobre as doenças cardiovasculares, intestinais, inflamatórias, câncer, hipertensão, diabetes, reumatismo, doença de Alzheimer, entre outras. Sabendo de todas essas vantagens, fica claro que o consumo de alimentos deste grupo é extremamente aconselhável e faz muito bem para a saúde. Entretanto, para aproveitar os benefícios dos alimentos funcionais,

o ideal é que eles sejam ingeridos regularmente e façam parte de uma dieta equilibrada. Grande parte dos componentes ativos que protegem a saúde estão presentes nos vegetais, frutas e cereais integrais, que devem ser consumidos preferencialmente em sua forma natural. Alguns exemplos de alimentos funcionais são: arroz, soja, trigo, milho, alho, azeite, castanha-do-pará, gergelim, linhaça e mel. Outra dica para aderir à alimentação funcional é substituir em parte o consumo de carne de vaca, embutidos e de outros produtos à base de carne vermelha por peixes ricos em ômega-3 ou pela soja e seus derivados, que são ricos em isoflavonas, compostos que ajudam na redução do colesterol ruim.

No caso de alimentos funcionais industrializados que unem vantagens de diversos alimentos diferentes, como o leite aditivado de ômega-3 ou iogurtes com funções de controle intestinal, é preciso ficar atenta e procurar saber se o produto teve sua eficácia comprovada por pesquisas sérias.





## DANONE COMPRA GRUPO AMERICANO DE ALIMENTOS ORGÂNICOS

A Danone fechou a compra da empresa americana de alimentos orgânicos WhiteWave Foods Co. por US\$ 10,4 bilhões. O aquisição, a maior feita pela Danone nos últimos 10 anos, deve impulsionar sua linha de produtos mais sofisticados, com marcas que incluem o leite Horizon Organic, o iogurte Wallaby Organic e as saladas embaladas Earthbound Farm, que segundo a WhiteWave são líderes de mercado em suas categorias. É o primeiro negócio de grande porte fechado na Europa desde o referendo de 23 de junho, quando o Reino Unido votou por sair da União Europeia, decisão chamada de Brexit. O acordo entre a Danone e a WhiteWave também indica que as multinacionais europeias estão redirecionando o foco de fusões e aquisições para a América do Norte, depois de terem priorizado por muitos anos os mercados emergentes. Nos últimos anos, a empresa americana tem obtido uma das maiores taxas

de crescimento no setor, graças à demanda cada vez maior por alimentos saudáveis e orgânicos, a qual vem transformando a indústria alimentícia. Ao contrário do que ocorre em muitas grandes empresas de alimentos, as vendas da maioria dos produtos da WhiteWave crescem na faixa de dois dígitos. No ano passado, a WhiteWave registrou lucro de US\$ 168 milhões e receita de US\$ 3,9 bilhões. A Danone, cujo portfólio inclui produtos como as marcas de iogurte Activia e Actimel, elevou recentemente suas estimativas para 2016, mas seu desempenho tem sido prejudicado pela desaceleração em mercados emergentes, como Brasil e Rússia. A aquisição da WhiteWave fará com que a América do Norte responda por 22% da receita da Danone, ante 12% hoje. Segundo a Danone, a aquisição permitirá melhorar o perfil de crescimento da Danone e reforçar sua solidez através de uma plataforma mais ampla na América do Norte.

## ALIMENTOS QUE REFORÇAM A IMUNIDADE

Manter a saúde em dia requer cuidados que vão além da prática de exercícios físicos. Com as mudanças de estação, o sistema imunológico precisa de energia e nutrientes para a formação de células e outras substâncias envolvidas e, claro, a alimentação desempenha um papel de extrema importância na imunidade do organismo. Investir em uma alimentação saudável e rica em vitaminas, antioxidantes e minerais, é um benefício e uma prevenção a longo prazo. A importância de alimentos que ajudam a manter a imunidade está no bem-estar do organismo e também na saúde de cada

um. Entre os alimentos que ajudam a reforçar a imunidade estão os cítricos. Fonte de vitamina C, fibras flavonoides, propriedades anti-inflamatórias e ação antioxidantes, as frutas cítricas, como

laranja, limão, morango, acerola e kiwi, aumentam a resistência do organismo e auxiliam na prevenção de doenças cardiovasculares. Os vegetais verde-escuros, como brócolis, couve, rúcula, couve de Bruxelas e espinafre, também são importantes, pois possuem ácido fólico, nutriente que auxilia na formação de glóbulos brancos, responsáveis pela defesa do organismo. Além disso, são fontes importantes de vitaminas A, B<sub>6</sub> e B<sub>12</sub>, que atuam na maturação de células imunes, ajudando na resistência à infecções. O gengibre também ajuda a reforçar a imunidade. Com ação bactericida, é rico em vitamina C e B<sub>6</sub>, que auxilia nas defesas do organismo. Outra opção são os alimentos ricos em zinco e selênio, que atuam com ação antioxidante, imunoestimulante e anti-inflamatória, ajudando na reparação dos tecidos e cicatrização de ferimentos. Essas propriedades estão presentes em: frutos do mar, alho, cebola, milho, cogumelo, levedo de cerveja, castanha-do-pará, ovos caipira, leite, espinafre e sementes de girassol.



## REACHING FURTHER TOGETHER



Soluções Alimentícias



Soluções Farmacêuticas



Soluções Nutricionais

## ALCANÇANDO MAIS JUNTOS

Como produtor líder mundial de gelatinas e peptídeos de colágeno, acompanhamos a evolução das necessidades globais. Apoiamos seu sucesso através da criação de componentes naturais para soluções avançadas nos ramos alimentício e farmacêutico. Trabalhando próximo de nossos clientes, conseguimos ir mais longe.

Visite-nos no stand 846

  
**Rousselot**

**DARLING**  
INGREDIENTS



# MERCADO DE SUPLEMENTOS NUTRICIONAIS SE FORTALECE NO BRASIL

Um dos mercados que tem se tornado fenômeno no Brasil é o segmento de suplementos nutricionais, com mais de 2.500 lojas especializadas espalhadas por todo o país. O que explica o tamanho do sucesso da comercialização em território nacional, é a taxa de crescimento anual nos últimos anos e a expansão do portfólio das grandes marcas que já estão posicionadas no setor. De acordo com a Associação Brasileira dos Fabricantes de Suplementos Nutricionais e Alimentos para Fins Especiais (BRASNUTRI), o avanço do mercado de suplementos nutricionais tem acelerado os negócios de fornecedores de matéria-prima, serviços logísticos, embalagem e se torna responsável pelo desenvolvimento e abertura de novas lojas, empresas e marcas em todo o Brasil. Segundo dados da Euromonitor, os brasileiros consideram o valor nutricional como o fato mais importante na hora de consumir um produto e dão preferência a alimentos naturais e sem conservantes. Hoje, a demanda por produtos saudáveis está

acima da procura pelos produtos tradicionais, neste sentido tem-se um aumento no volume de vendas dos suplementos nutricionais. Nesse universo, com produtos pensados para atletas e praticantes de atividade desportiva, as empresas possuem linhas de produção focadas de forma específica em certos suplementos, com a capacidade de colocar no mercado novos produtos e com maior rapidez. Neste contexto, os snacks e barras de proteína estão crescendo na categoria, sendo pensados para o consumidor que deseja aumentar o consumo deste nutriente na alimentação. São práticas, saudáveis, contribuem para melhor resultado muscular e podem ser consumidas a qualquer hora do dia. Alimentar-se com proteína é importante para a manutenção do peso e uma dieta saudável e equilibrada. Estudos revelam que as proteínas possuem papel fundamental no fortalecimento do sistema imunológico, pois participam da produção de anticorpos e ajudam a aumentar a massa magra, diminuindo também a flacidez da pele.



**Onde a  
inspiração se  
torna inovação!**

**CPKelco**  
A HUBER COMPANY

Nós estamos orgulhosos em ser a escolha do mercado em hidrocolóides inovadores. Juntos desenvolvemos o futuro em tendências para alimentos, bebidas, produtos de consumo e mercado industrial, sempre desejosos de entregar mais e melhor.

**Vá além com a CP Kelco!**



GENU® Pectina | KELCOGEL® Gelatina | CEKOL® CMC | GENUFACTA® Carragena  
GENUVISCO® Carragena | GENUCEL® Carragena | KELTROL® Xantana | GENUFINE®  
Carragena | CEKOL® CMC | SIMPLESSE® Proteína de Soro de Leite Microparticulada

**www.cpkelco.com**  
+ 55 19 3404-4600

# ENTRA EM VIGOR NORMA QUE OBRIGA RÓTULOS A INDICAR A PRESENÇA DE ALERGÊNICOS ALIMENTARES

Passou a vigorar desde do dia 03/07, a resolução RDC 26/2015, da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA), aprovada em junho do ano passado, que determina a indústria alimentícia a informar nas embalagens dos produtos a presença de substâncias alergênicas. O prazo para que a indústria se adequasse à norma foi de um ano. Segundo a resolução da ANVISA, que abrange alimentos e bebidas, os rótulos deverão informar a existência de 17 substâncias: trigo (centeio, cevada, aveia e suas estirpes hibridizadas), crustáceos, ovos, peixes, amendoim, soja, leite de todos os mamíferos, amêndoa, avelã, castanha de caju, castanha do Pará, macadâmia, nozes, pecã, pistaches, pinoli, castanhas, além de látex natural. Com isso, os produtos que contenham esses ingredientes devem

trazer uma das seguintes informações: "Alérgicos: Contém (nomes comuns dos alimentos que causam alergias alimentares)", "Alérgicos: Contém derivados de (nomes comuns dos alimentos que causam alergias alimentares)" ou "Alérgicos: Contém (nomes comuns dos alimentos que causam alergias alimentares) e derivados". Já nos

casos em que não for possível garantir a ausência de qualquer alérgeno alimentar não adicionado intencionalmente, o rótulo deve trazer a declaração "Alérgicos: Pode conter (nomes comuns dos alimentos que causam alergias alimentares)". A medida vale para produtos fabricados a partir de 03/07/2016. Os que foram fabricados antes e estiverem em circulação, podem continuar sendo comercializados até o final do prazo de validade.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL		
Porção de 200ml (1 copo)		
Quantidade por porção		
Valor energético	83 kcal = 349 kJ	4%
Carboidratos	9,5 g	3%
Proteínas	6,2 g	8%
Gorduras totais	2,2 g	4%
Gorduras saturadas	1,2 g	5%
Sódio	133 mg	6%
Cálcio	237 mg	24%

"Não contém quantidade significativa de gorduras trans e fibra alimentar"

Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 cal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem variar.



## Inovação na Sooro é hábito.

Concentrado Proteico de Soro  
Whey Protein

WPC  
35

WPCi  
80

WPC  
60

### Nossos Produtos:

- WPCi 80 - Concentrado Proteico de Soro.
- WPC 60 - Concentrado Proteico de Soro.
- WPC 35 - Concentrado Proteico de Soro.
- Soro de Leite em Pó Parcialmente Desmineralizado.
- Permeado de Soro de Leite em Pó.
- Sooromix 600 - Mistura Láctea.
- Manteiga Extra e Comum.
- Creme ATG com Alto Teor de Gordura.



A Sooro é pioneira na produção de Concentrado Proteico de Soro (WPC - Whey Protein) no Brasil, desde 2011.



Soluções em Ingredientes Confiáveis



## BISCOITOS POSSUEM ATRIBUTOS ALIADOS AO BEM-ESTAR E À ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

Além de saborosos, os biscoitos são nutritivos e podem fazer parte da dieta equilibrada. De acordo com a Associação Brasileira das Indústrias de Biscoitos, Massas Alimentícias e Pães & Bolos Industrializados (ABIMAPI), já foi o tempo em que os pacotinhos



coloridos representavam uma ameaça à dieta. Hoje, os biscoitos são fabricados com adição de fibras, vitaminas, grãos integrais, orgânicos e zero açúcar, visando proporcionar o bem-estar e compor uma alimentação equilibrada. Os integrais, por exemplo, apresentam maior quantidade de fibras que promovem sensação de saciedade, fornecimento gradual de energia e melhora do funcionamento do intestino. Já os de leite ou maisena, proporcionam um pico de energia rápido e, por isso, são ideais para consumo antes da realização de atividades físicas. E não pense que os biscoitos doces ficam de fora da alimentação saudável. As embalagens individuais, que contêm de três a quatro unidades, saciam a vontade e contribuem para o consumo equilibrado. O fator saudabilidade, atualmente, significa alimentar-se com satisfação, consciência e equilíbrio. Na pirâmide alimentar brasileira, os biscoitos fazem parte do mesmo grupo em que se encontram o arroz, pão, macarrão, batata e mandioca. Produtos como estes, que possuem carboidratos, dão energia e vitalidade para o organismo e devem contribuir com 900 calorias diárias, divididas entre as refeições.

## OS BENEFÍCIOS DO ALECRIM

O uso de plantas aromáticas é tão antigo quanto à história da humanidade. Os relatos mais antigos encontram-se no sânscrito dos Ayurvedas (há mais de 2.000 a.C.), onde há descrições de técnicas rudimentares que os hindus utilizavam para a obtenção de produtos destilados, provavelmente alcoóis aromáticos de diferentes espécies de capins e mirra. O alecrim (*Rosmarinus officinalis* L.) é um arbusto comum da região do Mediterrâneo que, devido ao seu aroma característico foi designado pelos romanos como “rosmarinus”, que em latim significa orvalho do mar. Como toda erva aromática, o alecrim chegou ao Brasil na época da colonização e recebeu diversos nomes populares como: rosmaninho, rosmaninho, alecrim comum, alecrim de cheiro, alecrim de jardim e alecrim de horta. Apesar de seu aspecto rudimentar, o seu cultivo requer muito cuidado. Prefere solos pedregosos e sol pleno. A sua colheita é uma arte, deve ser iniciada antes ou no início do estágio de floração intensa, no período da manhã, com tempo encoberto, a partir do segundo ou terceiro ano de vida da planta. Recomenda-se fazer a colheita antes do ápice solar, preferencialmente entre 6 e 10 horas da manhã. Todos esses cuidados são fundamentais para preservar a qualidade do alecrim e principalmente de seus compostos bioativos, como o ácido rosmarínico, ácido caféico, limoneno, pineno e a cânfora. As folhas secas ou frescas do alecrim são utilizadas para a preparação de chás (infusos) e tinturas (extratos alcoólicos). As partes floridas são empregadas na produção de óleo essencial. De acordo com inúmeros estudos, o alecrim é um excelente fitoterápico, sendo indicado para controle da tosse e da gripe, combate das crises de asma e alívio de dores causadas por contusões. Esse arbusto também equilibra a pressão arterial, pode auxiliar no trata-



mento de dores reumáticas e gota, além de ser diurético e acelerar a digestão, ainda facilita a menstruação, combate a icterícia e tem ação sedativa. Externamente, emprega-se a tintura ou óleo essencial de alecrim diluído em álcool a 70% na forma de compressas ou fricções no tratamento de entorses e contusões. Compressas frias com algumas gotas de óleo essencial também são empregadas para o alívio de enxaquecas na forma de compressas sob a testa. Por ter propriedades cicatrizantes, antimicrobianas e estimulantes, o óleo essencial do alecrim é incorporado na formulação de cremes e loções para o tratamento do couro cabeludo. Na aromaterapia, o alecrim é utilizado para estimular a memória. Segundo pesquisas, a inalação com óleo essencial de alecrim é indicada para o combate da depressão e a ansiedade por ter ação relaxante.

## OS BENEFÍCIOS DO SALMÃO

Apreciado em diversas culinárias ao redor do mundo, o salmão é um dos peixes mais saborosos e versáteis de se servir, podendo ser consumido cru, assado, frito, grelhado ou defumado. Possui carne alaranjada e um sabor marcante, além de proporcionar vários benefícios à saúde. É pelos nutricionistas como um dos alimentos mais saudáveis do mundo. O salmão é rico em minerais como o ferro, potássio, sódio, cálcio, magnésio e vitaminas A, B<sub>6</sub>, B<sub>12</sub>, C e D, que é essencial para manutenção do tecido ósseo. Fonte de ômega 3 e ácidos graxos, o salmão ajuda na redução do colesterol ruim, o LDL, que provoca entupimento de artérias, retenção de líquidos, acúmulo de gordura e flacidez e pode aumentar o nível de HDL, o colesterol bom. A calcitonina também possui ação anti-inflamatória nas articulações. Além disso, o ômega 3 melhora o funcionamento da membrana dos neurônios e os impulsos nervosos. As vitaminas do complexo B atuam no metabolismo destas células e o selênio e o magnésio minimizam as chances de morte neuronal. O aminoácido triptofano estimula a formação de serotonina que é diretamente relacionada ao humor. O selênio, que tem função parecida com a



vitamina E, é um antioxidante que impede a formação de radicais livres e previne o envelhecimento precoce. Estudos recentes mostraram que a Vitamina D, presente no peixe, é uma ótima aliada na prevenção do câncer de mama, próstata e câncer retal. A vitamina A também presente no salmão é uma importante aliada na saúde dos olhos; o consumo dessa vitamina pode evitar alguns transtornos como o olho seco e degeneração macular.

vitamina E, é um antioxidante que impede a formação de radicais livres e previne o envelhecimento precoce. Estudos recentes mostraram que a Vitamina D, presente no peixe, é uma ótima aliada na prevenção do câncer de mama, próstata e câncer retal. A vitamina A também presente no salmão é uma importante aliada na saúde dos olhos; o consumo dessa vitamina pode evitar alguns transtornos como o olho seco e degeneração macular.

## A NOSSA história faz parte da SUA



Há 21 anos a qualidade SweetMix está presente no seu dia a dia e nossa fórmula da longevidade é composta principalmente pela competência de uma forte equipe técnica e comercial, apoiada por uma estrutura ampla e completa, possibilitando os melhores resultados para os clientes.

Desenvolvemos premixes de nutrientes personalizados para atender às suas mais diversas necessidades na fabricação de produtos alimentícios, mas fornecemos também, e acima de tudo, muita dedicação e experiência.

Visite nosso site e conheça nossa linha completa de produtos e soluções.





## NOVA LINHA SELECTA EQUILIBRIUM PRODUZ INGREDIENTES PARA SORVETES MAIS SAUDÁVEIS

Reconhecida pela liderança na produção de matérias-primas para sorvetes, a marca Selecta, do Grupo Duas Rodas, está lançando no mercado a nova linha Selecta Equilibrium. Voltados à produção de sorvetes para um público seletivo e exigente, que além do sabor também não abre mão da saúde e do bem-estar, os produtos Equilibrium possuem formulações especiais que permitem que as fabricantes brasileiras produzam sorvetes, gelados, sorbets e picolés mais saudáveis, uma demanda que é crescente entre os consumidores atuais. O portfólio da Selecta Equilibrium está dividido em três linhas diferentes. A linha Zen possui sabores produzidos com extratos naturais e desidratados de frutas, incluindo chá verde, gengibre, abacaxi e hortelã, chai indiano, camomila, capim limão e maracujá, hibisco, cranberry e frutas vermelhas. Os saborizantes são livres de açúcar, oferecem baixa caloria, são veganos e não contêm sódio, trazendo muitos benefícios a um hábito de vida saudável. Já a linha Leve possui bases em pó voltadas à fabricação de gelados de baixa caloria, sem adição de açúcar e gordura, porém, sem perder o sabor e a textura. A linha possui ainda produtos para a fabricação de sorvetes zero lactose, atendendo a uma parcela da população que sofre com a intolerância à proteína do leite ou da soja. Por fim, a linha Pró conta com bases em pó que combinam nutrientes importantes para o organismo, como colágeno, vitamina C, proteína e fibra. Os produtos não contêm açúcar e gordura, proporcionando uma experiência não só saborosa como nutritiva.

Presente em mais de 30 países, a Duas Rodas atua há 90 anos na fabricação de ingredientes para as indústrias de alimentos e de bebidas no Brasil e no mundo. Com mais de 10 mil clientes, a empresa possui um portfólio com cerca de 3 mil itens divididos em três grandes mercados: o de Flavours, com aromas, extratos naturais, desidratados, condimentos e aditivos e soluções integradas; o de Food Service, com produtos de sorvetes, chocolates, confeitaria e panificação, com as marcas Selecta e Mix; e o de Animal Nutrition, com ingredientes de nutrição animal da marca Statera. Líder brasileira na fabricação de aromas e produtos para a indústria de alimentos e de bebidas, a Duas Rodas foi fundada por imigrantes alemães em Santa Catarina, onde funciona ainda hoje sua sede principal. Atualmente, a empresa conta com outras duas fábricas no Brasil (Sergipe e Manaus), quatro na América Latina (Argentina, Chile, Colômbia e México), além de sete centros de pesquisa e desenvolvimento e um Innovation Center. Em constante expansão, a multinacional brasileira adquiriu, recentemente, a Mix Indústria de Produtos Alimentícios, que atua com linhas de confeitaria e chocolateria, em São Bernardo do Campo, SP.



## FRUTAROM LANÇA NOVA GERAÇÃO DE ANTIOXIDANTES PARA BEBIDAS INSTANTÂNEAS

A Frutarom apresenta o NutraT, uma nova geração de ingredientes em pó para bebidas instantâneas, com todos os benefícios da dieta mediterrânea saudável. Esta linha, à base de antioxidantes naturais, é composta por pós solúveis, que se dissolvem facilmente em água, refrescos ou produtos lácteos. Uma vez que o pó esteja dissolvido, a bebida é clara, suave e oferece um sabor refrescante. Segundo a Frutarom, a linha NutraT oferece aos processadores de bebidas e águas a oportunidade de enriquecer os seus produtos com extratos naturais, que muitas vezes não são solúveis em água, o que abre novas oportunidades para desenvolver produtos com novos sabores, incluindo ingredientes que proporcionam a essência de uma dieta saudável mediterrânea. NutraT pode ser incorporado a uma base de alimentos ou bebidas, como água, suco de frutas, iogurte ou leite, ou ainda, como produto final em sticks, sachês ou dentro de garrafas, utilizando dispensador de pó para preparo de bebidas enriquecidas imediatamente antes da utilização. A Frutarom dispõe, ainda, de outras quatro misturas, estáveis a temperaturas até 70°C e com certificação Kosher e Halal. Uma delas é o OliveT, uma formulação que contém todos os componentes benéficos da azeitona, fornecendo mais de 25% de polifenóis. Somente 5g de OliveT em 250ml de líquido, fornece de 43mg a 45mg de polifenóis. Estudos recentes têm demonstrado que os extratos de oliva podem ajudar a regular a pressão arterial e auxiliar no bom funcionamento da circulação sanguínea. A outra



mistura é o CynaxT, uma formulação exótica, que fornece os benefícios da alcachofra, contendo 5% de polifenóis. Estudos recentes demonstram que a alcachofra ajuda a regular os níveis de colesterol no organismo, graças às propriedades diuréticas e coleréticas da planta. Uma única dose de 5g de CynaxT em 250ml de líquido, misturado com água ou outra bebida, fornece 25mg de polifenóis e ajuda a eliminar a água dos rins, bem como a ter uma circulação sanguínea saudável. Já o RosT é formulado com um composto altamente fenólico, combinado com o método de produção único do NutraFur, assegurando notável capacidade antioxidante e mantendo sua palatabilidade. A combinação de 5g de RosT em 250ml de líquido, fornece 50mg de polifenóis. Por fim, o CitroT é um extrato solúvel com alto conteúdo de bioflavonóides, conhecidos por proporcionar efeito protetor ao sistema cardiovascular. Uma concentração de 5g de CitroT em 250ml de líquido, proporciona 340mg de bioflavonóides.

## Amidos Modificados

### Linha completa de Amidos

- Amido de Mandioca
- Amido de Arroz
- Amido de Milho
- Amido de Batata

### Amidos Modificados Alimentícios

- |            |                   |
|------------|-------------------|
| - Molhos   | - Bebidas Lácteas |
| - Cremes   | - Requeijão       |
| - Catchup  | - Doce de Leite   |
| - Maionese | - Pão de Queijo   |
| - Mostarda | - Temperos        |
| - Iogurtes | - Snacks          |



[www.amidos.ind.br](http://www.amidos.ind.br)

Marechal Cândido Rondon - Paraná - Brasil  
E-mail: [alex@amidos.ind.br](mailto:alex@amidos.ind.br) (45) 3284-8512

**Quem conhece a fórmula controla o resultado!**



## AS PROPRIEDADES NUTRICIONAIS DA MAÇÃ

A maçã é uma das frutas mais consumidas no mundo por conta de seu sabor inigualável e de suas conhecidas propriedades nutricionais. No Brasil, a fruta ganha cada vez mais espaço na alimentação do consumidor, que atualmente conta com uma produção 100% nacional cultivada principalmente em Santa Catarina e no Rio Grande do Sul. De acordo com especialistas, a maçã tem propriedades reguladoras únicas, ajudando na boa digestão e controlando o colesterol graças ao alto teor de pectina em sua casca. Rica em vitaminas: B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub> e niacina, além de sais minerais, como fósforo e ferro, a longa lista de benefícios da fruta inclui ainda a prevenção de alergias, formação de cálculos e de câncer digestivo, além de atuar na limpeza do sangue. Com grande concentração de flavonóides, conhecidos pelas suas fortes capacidades antioxidantes, o consumo da maçã é benéfico para a saúde do coração, enquanto o alto teor de potássio da polpa da fruta ajuda a eliminar o excesso de água no corpo. Por este conjunto de atributos funcionais, muitos nutricionistas recomendam o consumo de uma maçã por dia para contribuir para

o bom funcionamento do organismo. Originária do Sudeste europeu e do sudoeste asiático, a maçã conta com mais de 1.500 espécies e variedades diferentes, sendo as maçãs do tipo Gala e Fuji, as mais consumidas no Brasil. As propriedades terapêuticas e nutritivas da fruta são conhecidas ao longo da história desde o tempo dos Romanos, que a utilizava para tratar sintomas de palpitações e melancolia. Hoje, seus efeitos medicinais incluem ainda o combate à diabetes, obesidade, acidez do organismo e inflamações do sistema digestivo e respiratório. Assim, a maçã continua muito apreciada por todos os públicos, como um alimento funcional e de rápido e fácil consumo, ideal para o dia a dia atribulado, oferecendo um aporte imediato e saudável de açúcar natural e fornecendo energia para combater a fadiga mental e muscular. Consumida *in natura*, o sabor doce e pouco ácido da maçã tem propriedades refrescantes e adstringentes, além da fruta poder ser utilizada na gastronomia em diversas receitas de doces, geléias, compotas, além de ser consumida como suco natural, ou fermentada em bebidas alcoólicas e vinagre.



## BENEFÍCIOS DO AZEITE DE OLIVA



O azeite de oliva espanhol está cada vez mais frequente na mesa dos brasileiros, visto que seu consumo é crescente há vários anos. Considerado pelo FDA (Food and Drug Administration, agência que regula produtos farmacêuticos e alimentícios nos EUA) um alimento funcional, ou seja, alimento que além de seus nutrientes básicos, também é composto por nutrientes essenciais, que beneficia a saúde do indivíduo que o utiliza. O azeite de oliva possui antioxidantes que tem a função de diminuir os radicais livres, podendo, dessa forma, prevenir alguns tipos de câncer, assim como o risco de desenvolver doenças cardiovasculares. A oliveira e o azeite tem sido parte da cultura mediterrânea há muitos anos. Segundo conta a história o azeite tem origem entre o sul do Cáucaso, nos altos planos do Irã e no litoral mediterrâneo da Síria e Palestina. Mais tarde, expandiu-se para todo o Mediterrâneo. Além de ser utilizado na alimentação, servia como remédio e produto de beleza, entre outros.

## OS MELHORES NUTRIENTES PARA A DEPRESSÃO

Uma pesquisa sobre os benefícios da nova escala de alimentos que ajudam a nutrir o cérebro contra os sintomas depressivos foi apresentada no Encontro Anual de 2016 da *American Psychiatric Association*. Segundo os estudos, existem evidências crescentes do papel crucial da dieta na saúde do cérebro, particularmente em áreas associadas à depressão e demência. Entre os principais nutrientes para prevenir as doenças depressivas e seus sintomas, encontram-se os ácidos graxos de cadeia longa ômega-3, magnésio, cálcio e fibras, além das vitaminas B<sub>1</sub>, B<sub>9</sub> (ácido fólico), B<sub>12</sub>, D e E. Foram reunidos dados nutricionais das mais importantes e fundamentadas fontes alimentares, bem como Dados Laboratoriais de Nutrientes

do Serviço de Pesquisa em Agricultura dos EUA, chegando assim a uma escala de pontuação do que chamaram de Escala de Alimentos para o Cérebro. Os mecanismos possíveis e plausíveis que parecem explicar a melhoria da função cerebral incluem a estabilização das membranas dos neurônios e efeitos anti-inflamatórios. Além dos vegetais de folhas verdes, a pesquisa ressalta a importância do consumo de vísceras, carnes de caça, castanhas, mariscos, moluscos e peixe. Embora a pesquisa tenha se concentrado mais nas doenças depressivas e cognitivas, novos estudos têm sido realizados no sentido de avaliar a função dos nutrientes em patologias como déficit de atenção, hiperatividade, ansiedade e adição.