

OS BENEFÍCIOS DA NUTRIOSE® PARA A SAÚDE

A FIBRA SOLÚVEL DA ROQUETTE

SOBRE A NUTRIOSE®

A Organização Mundial da Saúde e a Organização das Nações Unidas para a Alimentação e a Agricultura (OMS/FAO, 2002) atualmente recomenda uma dieta balanceada para ajudar a controlar a epidemia global de obesidade e para prevenir doenças crônicas. Nessa dieta deve-se incluir: uma ingestão equilibrada de calorias (55-70% de carboidratos totais, 15-30% de gordura total e 10-15% de proteínas totais); alimentos que disponibilizem sua energia lentamente, isto é, cerca de 10% da energia total de açúcares rapidamente digeridos (mono e dissacarídeos); e cerca de 40% de açúcares complexos, como fibras. Após anos de pesquisa, a ROQUETTE lançou em 2004 a dextrina resistente NUTRIOSE®, uma fibra dietética solúvel sendo principalmente resistente à digestão no intestino delgado e amplamente fermentada no cólon.

Pode ainda considerada uma ferramenta muito útil para ajudar a alcançar a meta de “fibra nutricional” da OMS/FAO e fazer parte de uma dieta variada. Oferece também um excelente limiar de tolerância digestiva, permitindo seu consumo em quantidades elevadas para alcançar as mudanças benéficas desejadas no ecossistema intestinal sem desconforto digestivo.

A NUTRIOSE® é formada por polímeros de glicose de origem natural, desenvolvidos a partir de matérias-primas non-GMO: trigo (NUTRIOSE FB®), milho (NUTRIOSE FM®) ou ervilha (NUTRIOSE® Pea). É uma fibra solúvel não viscosa (ver Figura 1), com teor de fibra de 85% (em base seca), pode ser descrita como dextrina resistente.

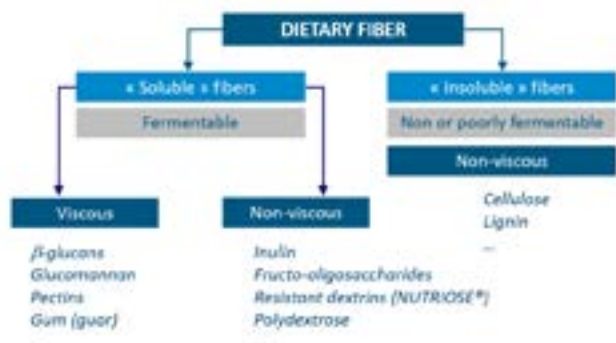


Figura 1 – Classificação das fibras dietéticas

É totalmente solúvel em água fria, sem induzir viscosidade, graças ao seu conteúdo de fibras, suas características analíticas e outras propriedades fisiológicas. De acordo com a ANVISA, a utilização da NUTRIOSE® permite a alegação “As fibras alimentares auxiliam o funcionamento do intestino. Seu consumo deve estar associado a uma alimentação equilibrada e hábitos de vida saudáveis” desde que a porção do produto pronto para consumo forneça no mínimo 2,5 g de dextrina resistente.

COMO A NUTRIOSE É DIGERIDA?

A NUTRIOSE® é parcialmente hidrolisada na parte superior do trato digestivo (ver Figura 2): apenas 15% é digerido enzimaticamente no intestino delgado, enquanto o restante passa para o cólon, onde 75% da quantidade inicial é lenta e progressivamente fermentada no intestino grosso e 10% é excretada.

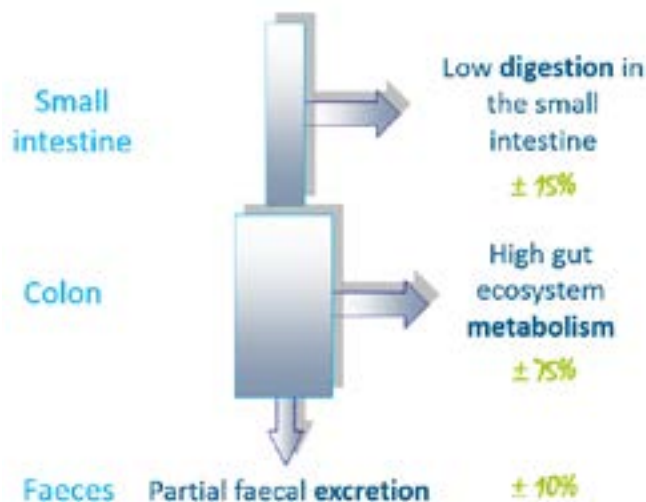


Figura 2 – Padrão digestivo da NUTRIOSE®

MELHORA DOS ÍNDICES DE GLICEMIA E INSULINA COM NUTRIOSE

A NUTRIOSE® pode ser uma alternativa para prevenção de doenças relacionadas ao estilo de vida, como a síndrome metabólica. Índices chave comumente usados como indicadores da capacidade dos carboidratos em prevenir doenças relacionadas ao estilo de vida e ajudar a reduzir incidência de obesidade são: índice glicêmico (IG) e índice de insulina (II), sendo o II geralmente correlacionado ao IG. A fibra solúvel NUTRIOSE® é um excelente candidato para substituição ou redução de açúcar e calorias, e também para aumento no teor de fibra do alimento. Isso poderá ajudar os consumidores a alcançar as recomendações dietéticas e contribuir para a prevenção de doenças tais como obesidade e diabetes. A fraca absorção da NUTRIOSE® no intestino delgado induz uma resposta glicêmica baixa (RG=25) e uma baixa resposta insulinêmica (RI=13) (veja Figura 3 e 4, como demonstrado pelas recomendações metodológicas da FAO/OMS, 1997).

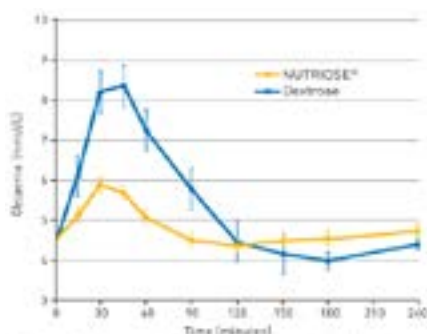


Figura 3 - Evolução glicêmica após ingestão de 50g dextrose ou 50g NUTRIOSE® em 250 mL de água (após jejum noturno)

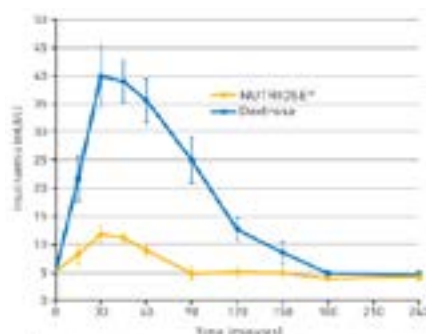


Figura 4 - Evolução insulinêmica após ingestão de 50g dextrose ou 50g NUTRIOSE® em 250 mL de água (após jejum noturno)

EXCELENTE TOLERÂNCIA DIGESTIVA

Algumas fibras solúveis são rapidamente fermentadas e podem causar desconforto digestivo, como inchaço, flatulência e diarreia. A NUTRIOSE® é excepcionalmente bem tolerada devido ao seu padrão de digestão específico. O limiar de tolerância digestiva da NUTRIOSE® foi estimado em 45g/dia, até essa dose nenhum sintoma de não tolerância ocorre. Para doses entre 45 e 60g/dia, foi relatada a ocorrência de flatulência, diminuindo o sintoma após 7 dias de adaptação. A dose laxativa nunca foi alcançada, mesmo com uma dose de 100g/dia de NUTRIOSE®, o que significa que o limiar laxativo médio é superior a 100g/dia, a dose máxima administrada até o momento, tornando a NUTRIOSE® uma excelente opção como fonte de fibras em alimentos e bebidas.

PRODUTO VERSÁTIL

Os testes de solubilidade conduzidos pela Roquette demonstram uma excelente taxa na qual a NUTRIOSE® é dispersada em temperatura ambiente.



Figura 5 - Solubilidade da NUTRIOSE® após 40 segundos

A NUTRIOSE® possui muitas outras características:

- Pó branco com sabor neutro e sem açúcar
- Baixa higroscopicidade, boa fluidez
- Excelente capacidade de compressão
- Ligante para granulação
- Estabilidade em ampla faixa de pH
- Estabilidade ao longo do tempo, mesmo em condições ácidas
- Estabilidade em ampla faixa de temperatura (incluindo processos de esterilização, UHT, extrusão)
- Opção Sugar-free disponível <0.5% açúcares

CONCLUSÃO

A NUTRIOSE® oferece uma ampla gama de benefícios para a preservação da saúde, além de simplesmente fortalecer o conteúdo de fibra em alimentos e bebidas. É uma fibra bem tolerada, incluindo uma baixa resposta glicêmica. A NUTRIOSE® também apresenta impactos benéficos ao cólon, sugerindo que ele pode agir como um prebiótico e contribuir para a liberação gradual de energia (dados não mostrados). É resistente ao calor e meios ácidos, é altamente solúvel em líquidos e gera pouca viscosidade. Visto que muitos especialistas internacionais e também a indústria alimentícia lutam para lidar com implicações de uma epidemia global de obesidade, a NUTRIOSE® oferece uma gama de soluções preventivas, sendo um ingrediente chave para a indústria de alimentos, além de corresponder a muitas das recomendações nutricionais da OMS/FAO, com o apelo de “menos açúcares e mais fibras”.



Roquette Brasil
Tel.: (11) 4144-9400
roquette.com