**NUTRIOSE®: O VALOR DA FIBRA SOLÚVEL EM ALIMENTOS E BEBIDAS**

**Introdução**

O sedentarismo e as dietas desequilibradas estão contribuindo para as doenças relacionadas com o estilo de vida, como por exemplo, a obesidade. De acordo com o Ministério da Saúde, cerca de 50% da população brasileira está acima do peso ideal ou é obeso. Nota-se também um aumento significativo de problemas de obesidade em crianças brasileiras.

Hoje em dia há um consumo excessivo de açúcares e alimentos ricos em gordura. Desta forma, muitos governos estão tentando lutar contra essa realidade alertando os consumidores sobre os nutrientes não saudáveis ​​e mostrando-lhes potenciais alternativas.

A Organização Mundial da Saúde (OMS) recomenda uma ingestão diária de 25-30g de fibras, porém a dieta do brasileiro só fornece em média cerca de 15g/dia[[1]](#footnote-2). Para superar essa deficiência, muitos consumidores estão tentando mudar os seus hábitos alimentares buscando uma dieta mais saudável. Para facilitar a vida dos consumidores, muitos fabricantes de alimentos estão lançando formulações mais saudáveis enriquecidas com fibras.

**Nutriose® - A fibra solúvel de confiança**

Nutriose® é a escolha ideal para a formulação de receitas balanceadas com fibra, sem comprometer ou alterar as características organolépticas do produto final.

Nutriose®, lançada pela renomada empresa francesa Roquette Freres, é uma linha de dextrinas resistentes solúveis derivadas do trigo (FB) e do milho (FM), as quais podem ser consideradas livres de glúten e não-modificadas geneticamente, oferecendo todos os benefícios das fibras alimentares e mantendo a qualidade do produto.

**Propriedades Físicas**

|  |  |
| --- | --- |
| Cor | Amarelada |
| Forma | Pó fino  |
| Umidade | Aprox. 5 % |
| Sabor | Suave |
| Fibra Dietética\* | 85% em matéria seca |

\*Método AOAC 2001.03

De fácil utilização, Nutriose® é utilizada em uma ampla variedade de aplicações, tais como bebidas, produtos lácteos, molhos, sopas, pães, alimentos extrusados ​​e refeições prontas. Nutriose® pode substituir uma parte de qualquer gordura ou açúcar e, assim, reduzir as calorias. A quantidade recomendada depende dos benefícios desejados, tais como a alegação de saúde, o enriquecimento de fibras, redução de calorias, açúcar ou gordura.

**Aspetos tecnológicos da Nutriose®**

Nutriose® é uma fibra altamente solúvel, de fácil dispersão, com rápida dissolução, não interfere na coloração e sabor dos alimentos e ainda possui baixa viscosidade.



Solubilidade depois de 30 segundos em água, temperatura ambiente °C

De acordo com a Mintel GNPD, 85% dos consumidores têm uma percepção de que alimentação saudável não possui um sabor agradável. Graças ao sabor neutro da Nutriose®[[2]](#footnote-3), o sabor dos alimentos permanecem intactos. De acordo com análise efetuada, NUTRIOSE ® preserva o sabor dos alimentos e bebidas.

**Nutriose® a fibra prebiótica que facilita o gerenciamento de peso sem efeitos digestivos colaterais**

**- Fibra prebiótica**

Nutriose® apresenta uma excelente tolerância digestiva, a qual é explicada por um padrão de digestão específico. Cerca de 15% da Nutriose® é hidrolisado no intestino delgado, enquanto que cerca de 75% é fermentado lentamente ao longo do intestino grosso, os restantes 10% são excretados nas fezes.

Nutriose® é uma fibra prebiótica que contribui para manter a saúde e integridade da mucosa do cólon, preservando o bem-estar digestivo. Dados cientificamente comprovados pelos estudos clínicos realizados em humanos:

* **Impacto significativo na produção de metabólitos:** aumento na excreção de hidrogênio no ar expirado em seres humanos[[3]](#footnote-4) e na produção de ácidos graxos de cadeia curta (AGCC)[[4]](#footnote-5),[[5]](#footnote-6).
* **Impacto na acidificação do conteúdo fecal:** diminuição do pH fecal dos seres humanos após o consumo de Nutriose®.
* **Impacto significativo na atividade enzimática:** aumento da atividade da α e da β- glicosidade[[6]](#footnote-7).
* **Impacto significativo na flora intestinal**: (depois de 14 dias de consumo de 8 gramas de NUTRIOSE® houve um aumento dos Bacteróides e uma diminuição do Clostridium perfringens**[[7]](#footnote-8)**).

**- Fibra com efeitos no gerenciamento de peso**

Nutriose® foi clinicamente comprovada como efetiva na prolongação da saciedade, na redução da sensação de fome associada à perda de peso demonstrada em indivíduos que estão acima do peso ideal[[8]](#footnote-9).



Nutriose® contribui para reduzir a densidade energética de alimentos e bebidas, graças ao seu baixo valor calórico, promovendo sensação de saciedade e reduzindo a sensação de fome.

**Conclusão**

Em conclusão, a pesquisa clínica tem mostrado que Nutriose® fibra solúvel tem muitos efeitos benéficos.

Várias alegações funcionais podem ser utilizadas com Nutriose®.

1. [↑](#footnote-ref-2)
2. [↑](#footnote-ref-3)
3. [↑](#footnote-ref-4)
4. [↑](#footnote-ref-5)
5. [↑](#footnote-ref-6)
6. [↑](#footnote-ref-7)
7. [↑](#footnote-ref-8)
8. **Bibliografia**

1 Referência : Cálculo da quantidade de fibra ingerida em uma refeição típica brasileira.

2 Análise sensorial conduzida em 20 pessoas, na Roquette em Julho de 2009.

 VAN DEN HEUVEL et al. Short-term digestive tolerance of different doses of NUTRIOSE® FB, a food dextrin, in adult men. European Journal of Clinical Nutrition, 2004, 58, pp. 1046-1055.

4 BERARD M. et al. Prebiotic effects of NUTRIOSE® : a review International Congress of Nutrition 2009 – Bangkok, Thailand, 4-9 October

5 LEFRANC-MILLOT C. et al. Effects of a soluble fibre with excellent toletance, NUTRIOSE® 06, on the gut ecosystem : a review. In: Kristina Ahlgren (ed.). Proceedings of the dietary fibre Conference. P34: pp. 143-144. June 12-14, 2006. Helsinki, Finland.

6 VAN DEN HEUVEL et al. Dietary supplementation of different doses of NUTRIOSE® FB, a fermentable dextrin, alters the activity of faecal enzymes in healthy men. European Journal of Nutrition, 2005, 44, pp. 445-451.

7 LEFRANC-MILLOT C. et al. Effects of a soluble fibre with excellent tolerance, NUTRIOSE® 06, on the gut ecosystem : a review. In: Kristina Ahlgren (ed.). Proceedings of the dietary fibre Conference. P34: pp. 143-144. June 12-14, 2006. Helsinki, Finland.

 LEFRANC-MILLOT C. et al. Dose response evaluation of the effects of Nutriose on satiety and weight management a review International Congress of Nutrition 2009 – Roquette poster 2009.

9 Pasman et al. Long-term gastro-intestinal tolerance of NUTRIOSE® FB in healthy men. European Journal of Clinical Nutrition, 2006 Aug; 60(8), pp. 1024-34. Epub 2006 Feb 15.

10: ROQUETTE in-house study

**Labonathus Biotecnologia Internacional Ltda.**

Rua Jaguaretê, 126 - Casa Verde

02515-010 - São Paulo, SP

Tel.: (11) 3961-2078

Fax: (11) 3961-2079

*www.labonathus.com.br* [↑](#footnote-ref-9)