

# INOVAÇÕES NO MERCADO DE BEBIDAS:

## Imunidade e otimização da saúde e do bem-estar

Os institutos de pesquisa apontam que as categorias de produtos com foco em saúde e bem-estar (Health and Wellness - HW) continuarão a enfrentar forte crescimento nos próximos anos, já que os consumidores estão cada vez mais conscientes sobre os aspectos relacionados com a manutenção da saúde.

De acordo com o Euromonitor International, o mercado HW é composto por alimentos e bebidas classificados como: orgânicos, fortificados/ funcionais, “better for you” (“melhor para você”), “naturalmente saudáveis” (naturally healthy), e produtos para intolerância alimentar.

Nesse grupo, a produção orgânica ainda é vista como um nicho de mercado em países da América Latina, pois as vendas permanecem inexpressivas quando comparadas a outras categorias, incluindo as de alimentos fortificados/ funcionais, que são vistas como áreas potenciais de investimento, especialmente para produtos lácteos e bebidas.

Segundo dados do GNPD Mintel, só na América Latina, são introduzidos mais de 2.800 novos produtos HW anualmente, incluir o setor de bebidas. Ao analisar especificamente a categoria de produtos fortificados/ funcionais na América Latina, observa-se que eles compõem cerca de 40% do total de lançamentos HW.

### FORTALECENDO A IMUNIDADE

O sistema imunológico é a defesa natural do organismo contra os agentes que prejudicam a saúde. A resposta imune envolve um processo complexo de moléculas, células e tecidos projetados para defender o corpo. Mas, para que esse sistema funcione ativamente, e em seu potencial máximo, é importante que ele esteja fortalecido.

Pesquisas demonstram que as vitaminas A, B<sub>6</sub>, C, D, E, os ácidos graxos poli-insaturados ômega-3, e os minerais selênio e zinco são componentes fundamentais para o fortalecimento do sistema imune. Nesse sentido, o consumo de refeições balanceadas, contendo porções adequadas de alimentos fontes desses nutrientes - como frutas, lácteos, carnes, ovos, peixes, feijões e oleaginosas - garantem o aporte adequado desses nutrientes.

Além disso, o consumo regular de alimentos e bebidas enriquecidos com vitaminas, minerais e ácidos graxos



ômega-3 ajuda a garantir a ingestão diária recomendada desses nutrientes em diferentes fases da vida, já que muitas vezes não conseguimos manter uma rotina alimentar adequada. O uso de suplementos alimentares também é uma boa estratégia para prevenir deficiências nutricionais e fortalecer o sistema imunológico.

## NUTRIENTES PARA DIFERENTES FASES DA VIDA

A preferência por alimentos fortificados tem se tornado constante entre consumidores de todo o mundo, já que a carência de micronutrientes essenciais é prevalente entre as populações, independente de classe social, sexo e idade. Assim, além de ser uma excelente oportunidade de negócio, o fornecimento de produtos fortificados auxilia o consumidor a atingir as recomendações diárias de nutrientes, representando um benefício de saúde pública e responsabilidade social corporativa.

Estudos realizados na América Latina, Europa e Estados Unidos sugerem que os principais grupos de risco são os mesmo em todas as regiões do mundo:

- Crianças e adolescentes em idade escolar: ocorre inadequação na ingestão de vitaminas A, C, D, E, folato, além de cálcio, ferro, potássio, magnésio, fósforo, zinco, cobre e selênio. As causas variam entre dietas não balanceadas, estirão de crescimento, exclusão de itens na alimentação (como leite e carne) e dietas para perda de peso.

- Idosos: alterações fisiológicas, incluindo menor síntese de vitaminas, uso de medicamentos e a redução no consumo de alimentos coloca essa população em risco para deficiência de vitaminas A, E, D, C, B<sub>3</sub>, B<sub>12</sub>, folato, riboflavina e tiamina. Dentre os minerais, ocorre carência de potássio, cálcio, ferro, magnésio e zinco.

- Mulheres em idade fértil: existe risco constante para deficiência de ferro, além da baixa ingestão de folato (fundamental para prevenir defeitos no tubo neural), de vitamina D, potássio, cálcio e ácidos graxos poli-insaturados (PUFAs).

- Gestantes: a fase exige alta demanda de nutrientes. Estudos mostram que mesmo mulheres de classes média e alta com acompanhamento pré-natal enfrentam deficiência de uma série de nutrientes, que pode colocar em risco o desenvolvimento saudável do bebê.

## ENERGIA PARA O CORPO E MENTE

O excesso de compromissos profissionais e atividades pessoais, inerentes ao estilo de vida moderno, podem gerar uma série de desequilíbrios, que variam desde o cansaço mental até a falta de energia e de concentração, que são queixas comuns entre a população.

Um estudo randomizado e controlado, que utilizou altas doses de vitaminas do complexo B em homens saudáveis, mostrou aumento de energia durante testes de cognição e desempenho físico. Além disso, pesquisas associam a ingestão de zinco com melhora da cognição em indivíduos de meia idade. O magnésio auxilia a transmissão de impulsos nervosos e a habilidade dos neurônios em estabelecerem novas conexões, contribuindo para a função cognitiva normal. Alguns estudos preliminares mostram que o aumento dos níveis de magnésio no cérebro pode melhorar o aprendizado e a memória.

A coenzima Q10 é responsável por ativar aproximadamente 95% da energia total que o corpo precisa para

realizar suas funções. Isso significa que ela é necessária tanto para a realização de atividade física como para o desempenho cerebral. A coenzima Q10 atua também como um potente antioxidante, sendo que a manutenção de níveis adequados no organismo está associada com menor risco para doenças neurodegenerativas.

O ácido docosahexaenóico (DHA), um ácido graxo ômega-3, chama a atenção dos pesquisadores devido a sua essencialidade na estrutura cerebral. O DHA representa cerca de 97% dos ácidos graxos presentes no cérebro, sendo que baixos níveis dessa substância no sangue estão associados a declínio cognitivo em idades mais avançadas.

Estudos observacionais, conduzidos em grandes populações, indicam ainda que o alto consumo de peixes oceânicos de águas profundas e geladas (alimentos fontes de DHA) pode estar associado com a diminuição do risco de Alzheimer. Nesse sentido, a fortificação de alimentos com ômega-3 pode contribuir para a ingestão desse nutriente quando ocorre o baixo consumo de peixes. MEG-3 é a opção de ômega-3 (EPA/DHA) do mercado sem odor e sem sabor.

Apesar dos peixes serem considerados fontes de DHA, na verdade são as algas presentes na alimentação desses animais que são responsáveis pela produção do nutriente. Assim, é possível utilizar o *life'sDHA™*, uma fonte vegetariana de DHA Omega-3, extraído diretamente das algas, resultando em um produto sustentável e de alta qualidade.

## DESEMPENHO ESPORTIVO

Os exercícios ativam o complexo sistema fisiológico para obter energia e promover as contrações musculares na intensidade certa e no momento certo. Por isso, os cuidados com a alimentação são imprescindíveis para o bom desempenho, já que os nutrientes atuam na manutenção dos níveis de glicose, estoques de glicogênio, preservação dos aminoácidos e recuperação muscular.

Produtos para serem consumidos antes e durante o exercício devem ser fontes de carboidratos e de proteínas. Estudos mostram que a combinação desses dois nutrientes estimula o aumento da força e de uma composição corporal mais magra. Além disso, a ingestão de aminoácidos essenciais ou de proteína (de forma isolada) também aumenta a síntese muscular.

Da mesma forma, a ingestão simultânea de carboidratos e proteínas logo após o término do exercício promove, de maneira muito eficaz, a síntese muscular e reserva de glicogênio, facilitando a recuperação. Os aminoácidos ingeridos nesse período são aproveitados de maneira mais eficiente pelas células musculares.

PeptoPro® é um produto único e inovador, derivado da proteína do leite (caseína) pré-digerida. Possui sabor neutro resultante da ação de uma enzima patenteada que reduz o sabor amargo típico ao mesmo tempo em que gera alto teor de dipeptídeos e tripeptídeos que são rapidamente absorvidos pela corrente sanguínea para preservar a musculatura.



### BELEZA DE DENTRO PARA FORA

Pesquisas científicas sustentam o papel fundamental da boa nutrição na manutenção de pele, cabelo e unhas saudáveis. As análises de mercado identificam o segmento de “beleza de dentro para fora” como uma das maiores forças que impulsionam o setor de suplementos nutricionais. Com relação aos alimentos e bebidas, a expectativa é que os lançamentos com este posicionamento estejam presentes na relação das 10 maiores tendências para os próximos anos.

A vitamina E é o antioxidante lipossolúvel mais importante presente nas membranas celulares, incluindo as células da pele. A Vitamina C auxilia a manutenção da atividade antioxidante da vitamina E. A presença de selênio em algumas enzimas ajuda a pele a fortalecer suas defesas contra o estresse oxidativo e danos causados pelo sol.

Outros componentes antioxidantes que podem agir na regeneração e proteção da pele são: EGCG (principal catequina do chá verde), hidroxitirosol (flavonoide bioativo extraído das azeitonas) e resveratrol (polifenol encontrado nas uvas).

Os carotenoides são pigmentos naturais cujas fontes principais são as frutas, verduras e legumes. Essas substâncias são reconhecidas por oferecer proteção contra os prejuízos causados pela exposição da pele ao sol.

### APRIMORANDO A VISÃO

Estatísticas internacionais mostram que em 2009, 314 milhões de pessoas em todo o mundo tinham a visão prejudicada, sendo que, destas, 45 milhões estavam cegas. Além disso, mais de 20 milhões de pessoas são severamente afetadas por

catarata ou degeneração macular relacionada à idade (DMRI).

Existe consenso que a qualidade da visão sofre declínio com o avanço da idade, entretanto, a velocidade e a intensidade desse processo são influenciadas pelo estilo de vida, incluindo o consumo de uma alimentação equilibrada.

Dados consistentes da literatura sugerem que a ingestão diária de nutrientes antioxidantes (como os carotenoides luteína e zeaxantina) e ácidos graxos essenciais (como o ômega-3) pode reduzir o risco ou a velocidade de progressão de determinadas doenças crônicas, incluindo catarata e DMRI.

Por meio de sua ampla carteira de nutrientes e da Fortitech® Pré-Misturas, a DSM pode ajudá-lo a chegar mais rapidamente ao mercado de nutrição e saúde com produtos que satisfaçam as necessidades e expectativa dos consumidores no mercado de bebidas.



DSM Produtos Nutricionais Brasil Ltda.

Tel.: (11) 5225-4609

[dsm.com/latam](http://dsm.com/latam)