

INGREDIENTES NATURAIS PARA A NUTRIÇÃO DE IDOSOS

A escolha correta dos alimentos pode contribuir para a manutenção e recuperação da saúde para qualquer pessoa e em qualquer época. Durante uma pandemia é necessário ainda mais cuidado com a alimentação como forma de controlar a ansiedade, ter melhor domínio metabólico e fortalecer o organismo, principalmente para idosos, que estão mais sozinhos, isolados e com maior possibilidade de comorbidades, como cardiopatias, hipertensão, diabetes e obesidade.

A qualidade nutricional dos alimentos na terceira idade é um tema que vem ganhando relevância não só devido à pandemia, o envelhecimento da população é um tema em destaque nos últimos anos decorrente das melhorias nas condições de vida, no acesso aos alimentos e aos serviços de saúde, que elevaram a expectativa de vida.

Diante desses desafios, compete à indústria de alimentos & nutrição um olhar mais humanizado e individualizado na tentativa de identificar as reais necessidades físicas, nutricionais e emocionais desse grupo, rumo à dis-

ponibilização de produtos e serviços que garantam a ingestão adequada de nutrientes e possam ser consumidos em diferentes momentos e doses.

A Nexira possui em seu portfólio uma categoria de produtos destinada ao envelhecimento saudável, são ingredientes naturais, clean label, plant based e atendem qualquer tipo de dieta.

FONTE NATURAL DE VITAMINA C PROVENIENTE DA ACEROLA

Super conhecida na manutenção do sistema imunológico, a vitamina C participa de inúmeras ações fisiológicas e antioxidante no nosso organismo. Além de proteger o nosso organismo contra patógenos, a vitamina C também aporta energia, vitalidade e protege as células de danos oxidativos, como o envelhecimento.



Disponibilizamos a vitamina C natural proveniente exclusivamente da Acerola. É um ingrediente brasileiro, natural e minimamente processado, preservando alto conteúdo de vitamina C natural e nativa.

FIBRA SOLÚVEL DE ACÁCIA PARA A SAÚDE INTESTINAL, BEM-ESTAR E IMUNIDADE

Fibregum é uma fibra dietética solúvel gradualmente fermentada no trato intestinal sem geração de efeitos colaterais (FODMAP friendly), pois é um polissacarídeo altamente ramificado, fermentado progressivamente e lentamente no cólon transversal e descendente, possui efeito prebiótico e produz ácidos graxos de cadeias curtas (acetato, propionato, butirato), garantindo a proteção do epitélio intestinal.

Além de atuar na saúde intestinal, Fibregum também está associado ao bem-estar e imunidade.

Muito se tem discutido sobre a importância do intestino para o nosso bem-estar. O intestino vem sendo conhecido como nosso segundo cérebro devido seus milhões de neurônios e trilhões de bactérias em permanente comunicação com o cérebro. A conexão intestino-microbiota-cérebro permite controlar o humor e emoções, por isso a importância da microbiota intestinal para a manutenção do equilíbrio e bem-estar de todo o organismo.

Também existe uma forte ligação entre a saúde intestinal e a saúde imunológica. A barreira intestinal é um dos componentes mais importantes do sistema imunológico. Na verdade, 70% do sistema imunológico está localizado no trato digestivo. Seu principal papel é absorver nutrientes e servir como uma das barreiras mais importantes para o nosso organismo. A barreira intestinal nos protege de potenciais reações alé-



gias, assim como ameaças microbiológicas e químicas.

A inflamação e os danos causados no revestimento intestinal causam o rompimento das junções estreitas, resultando na absorção deficiente de nutrientes e na entrada de substâncias indesejadas na corrente sanguínea. A modulação da composição e da atividade da microbiota intestinal é considerada uma maneira de melhorar a impermeabilidade intestinal e, assim, melhorar a saúde imunológica.

Fibregum™

Cuidadosamente selecionado de árvores de acácia, Fibregum oferece garantia de 90% de fibra solúvel em base seca atestada pelo método AOAC 985.29. Fibregum pode ser incorporado em qualquer alimento ou bebida, pela sua excelente estabilidade às condições do processo, é totalmente natural, não possui nenhuma modificação química, enzimática ou genética.

O GUARDIÃO DA IMUNIDADE



Immunell é o extrato de levedura (*Saccharomyces cerevisiae*) padronizado em 60% de nucleotídeos, capaz de fortalecer as defesas imunológicas do organismo através da regeneração celular e do reforço da barreira intestinal.

Os nucleotídeos são componentes semi-essenciais do nosso DNA, portanto são “peças” usadas para construir o DNA e para repará-lo quando danificado. Em certas condições de stress (como enfermidades), a produção de novas células imunes aumenta exponencialmente, a suplementação com nucleotídeos ajuda o corpo a produzir novas células imunológicas e reparar as danificadas através da construção de novos blocos de DNA, ou seja, os nucleotídeos podem fornecer “peças prontas” para o uso, economizando tempo e energia do organismo.

Devido a produção de macrófagos para o reparo celular e o estímulo na proliferação de células novas, o Immunell

também auxilia o crescimento de tecidos e órgãos, por isso exerce papel importante na mucosa intestinal e regulação do trato digestivo, que estão em constante renovação, reforçando a barreira intestinal, o que potencializa o seu benefício imunológico.

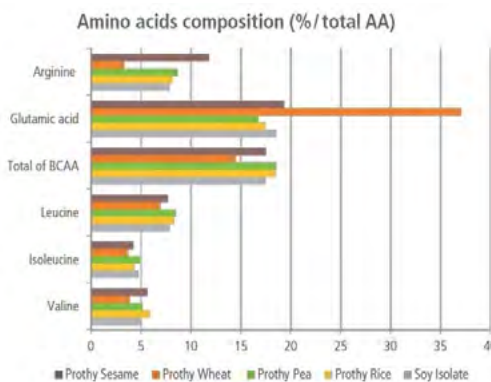
Immunell permite que o corpo mantenha a função imunológica ativa, com o crescimento de tecidos e a reparação das células danificadas, intensificados pelo envelhecimento, por isso é recomendado para a regulação da resposta imunológica de idosos.

PROTEÍNA PARA EVITAR A PERDA MUSCULAR

Prothy R80 é a proteína hidrolisada de arroz, possui 78% de proteínas e 15% de BCAAs, além de ser uma fonte proteica vegana de alta absorção, é hipoalergênica.

Os BCAAs (*Branch Chain Amino Acids*) são aminoácidos de cadeia ramificada compostos de três aminoácidos essenciais: isoleucina, leucina e valina, o que garante altas propriedades anabólicas, como ganho de massa muscular e anticatabólicas, como a redução dos danos musculares e mais rápida recuperação. Tais benefícios são importantes não só para uma melhor performance esportiva, como também no desenvolvimento e manutenção do sistema muscular em todos os estágios da vida, desde o crescimento até o envelhecimento.

PERFIL DE AMINOÁCIDOS DA LINHA PROTHYTM E DA PROTEÍNA ISOLADA DE SOJA



Os aminoácidos essenciais são aqueles que não podem ser sintetizados pelo organismo humano, mas são necessários para seu bom funcionamento. Por isso,

torna-se necessário ingeri-los por meio de uma alimentação rica em proteínas.

As proteínas hidrolisadas possuem vantagens em relação às não hidrolisadas. Proteínas hidrolisadas aceleram de 25% a 50% a digestão de proteínas quando comparadas a proteínas não hidrolisadas e aumentam a disponibilidade de aminoácidos no plasma. O consumo de 35 g de proteína hidrolisada é 30% mais efetivo no estímulo de síntese de proteínas no músculo quando comparado ao consumo de proteínas não hidrolisadas num período maior que 6 horas. Por fim, proteínas hidrolisadas aumentam a capacidade de recuperação do músculo e aceleram a reparação de tecidos.

O baixo consumo de proteínas e a pouca biodisponibilidade de aminoácidos na terceira idade são considerados os principais fatores da sarcopenia: a perda de massa e força na musculatura esquelética, que atinge 30% da população mundial acima de 60 anos e 50% da população acima dos 80 anos de vida.

Para combater a sarcopenia é necessário manter a disponibilidade de proteínas no organismo, para gerar a síntese proteica muscular, para isso recomenda-se, além de exercícios físicos, uma dieta rica em proteínas e com alta biodisponibilidade, como os BCAAs, juntos são capazes de retomar a força e massa muscular de idosos.

Assim como os jovens, a terceira idade está mais consciente sobre os impactos dos hábitos alimentares na sua qualidade de vida e passam a exigir opções de alimentos saudáveis e funcionais, a Nexira oferece ingredientes naturais com o mais alto padrão de qualidade e pureza, atendendo à crescente busca das indústrias e de seus consumidores por saudabilidade e naturalidade.

nexira
Innovation Inspired by Nature

Nexira Brasil Comercial Ltda.

Tel.: (11) 3803-7373

nexira.com