

Fibregum B® (Colloïdes Naturels International /França)

Todos os benefícios de uma fibra prebiótica, sem provocar o desconforto intestinal.

Com o aumento da expectativa de vida dos brasileiros e ao mesmo tempo o crescente aparecimento de doenças crônicas como obesidade, aterosclerose, hipertensão, osteoporose, diabetes e câncer, está havendo uma preocupação maior, por parte da população e dos órgãos públicos de saúde, com a alimentação. Hábitos alimentares adequados, através do consumo de alimentos pobres em gorduras saturadas e ricos em fibras presentes em frutas, legumes, verduras e cereais integrais, juntamente com um estilo de vida saudável (exercícios físicos regulares, ausência de fumo e moderação no álcool) passam a ser peça chave na diminuição do risco de doenças e na promoção de qualidade de vida, desde a infância até o envelhecimento.

O papel da alimentação equilibrada na manutenção da saúde tem despertado interesse pela comunidade científica que tem produzido inúmeros estudos com o intuito de comprovar a atuação de certos alimentos na prevenção de doenças.

Dentre todas as virtudes das fibras alimentares, a mais conhecida por quem busca uma dieta equilibrada é, sem dúvida o bom funcionamento do intestino e prevenção de doenças, além de terem efeito sobre diversos parâmetros fisiológicos .

Fibregum B® é uma fibra prebiótica, sem modificações químicas ou enzimáticas, GMO-FREE (livre de organismos geneticamente modificados) e 100 % de origem vegetal. Fibregum B® não promove desconforto intestinal como cólicas, gases e diarreias, efeitos estes indesejáveis e comuns a outros tipos de fibras prebióticas do mercado.

Fibregum® é purificada a partir da Goma Acácia, extraída do caule e ramos de árvores de Acácia (Leguminosae), que crescem principalmente na região do Sahel, na África.

A Goma Acácia é um polissacarídeo natural, pertencente à família arabinogalactana complexo. Goma Acácia são compostas por três diferentes frações que variam de acordo com seu peso molecular e conteúdo de proteína:

- 1% da massa total é uma glicoproteína
- 1-10% proteína arabinogalactana, e
- 90-99% arabinogalactana



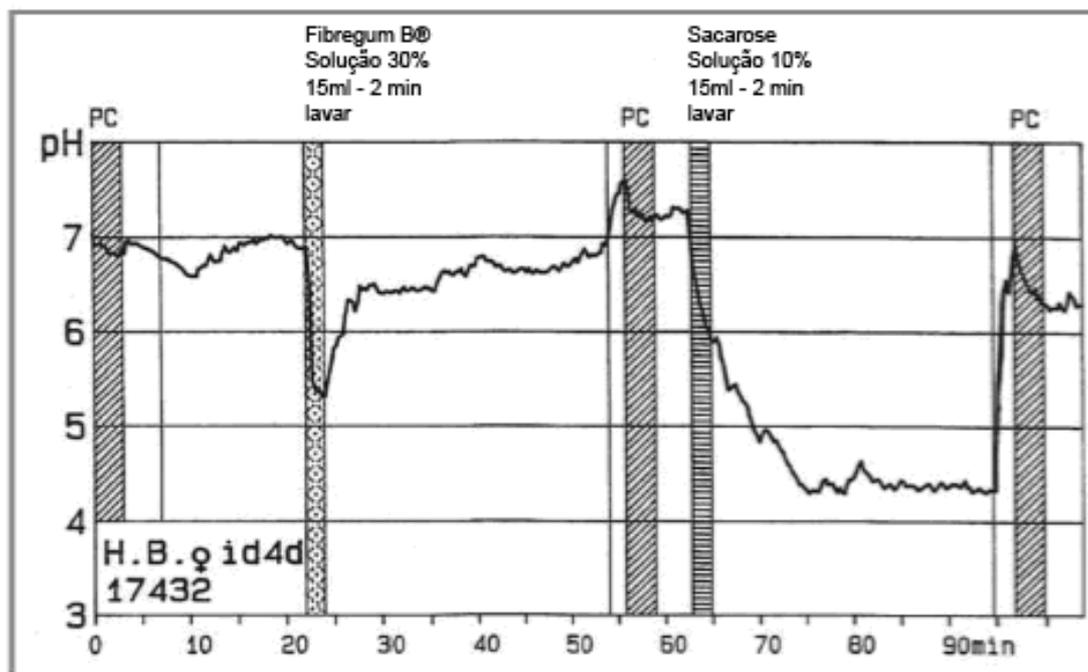
Saudável aos Dentes

É fabricado através de um processo físico: a goma segue uma purificação muito fina em forma líquida, para remover quaisquer corpos estranhos (mineral orgânica).

Na boca humana Goma Acácia resiste à hidrólise por enzimas salivares e flora local, portanto Fibregum B® é um uma fibra não cariogênica.

Estudo (Meance et al) , mostra que não houve queda no pH da placa interdental, durante a lavagem com soluções aquosas de Fibregum B® (10-30%), como pode ser verificado no gráfico abaixo. Portanto, Fibregum B® é seguro aos dentes.

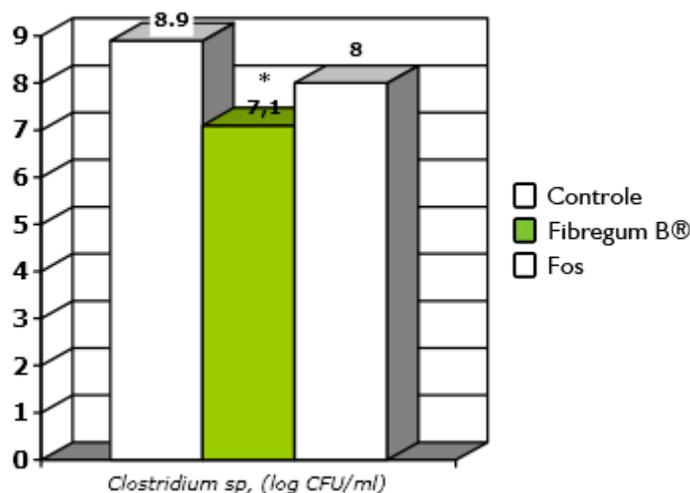
Evolução do pH da placa dental após o consumo de sacarose e Fibregum B®



Efeitos Prebióticos do Fibregum B®

Bactérias do ácido láctico (LAB), incluindo os lactobacilos e bifidobactérias são benéficas ao hospedeiro, promovendo assim a saúde intestinal. Este grupo de bactérias tem um poder de proteger o hospedeiro, e inibir potenciais bactérias nocivas, como por exemplo, Clostridium, Staphylococcus. Estudos *in vitro* realizados com Fibregum B®, mostraram que entre os diferentes gêneros de bactérias a partir de fezes humanas, as cepas de bifidobactérias, foram capazes de usar Fibregum B® para o seu crescimento.

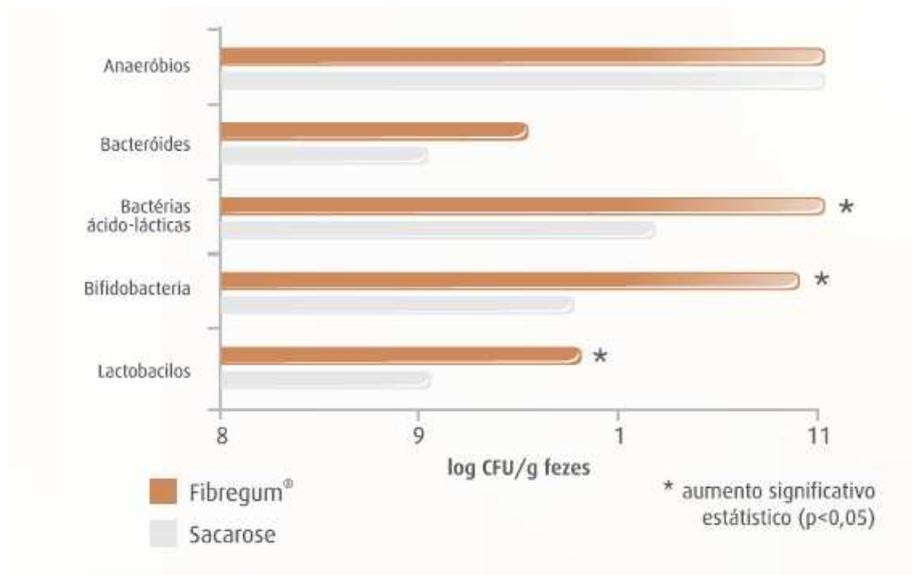
Inibição da contagem de Clostridium *in vitro* no sistema de pH 5.8 com Fibregum B®



Efeito bifidogênico do Fibregum®

As propriedades bifidogênico do Fibregum B®, foram confirmadas em um estudo simples cego controlado, realizado em 10 voluntários saudáveis, que consumiram Fibregum B® na dose de 10g / dia e 15g / dia, durante 10 dias ou sacarose como grupo controle com a mesma dose. As concentrações de bifidobactérias, lactobacilos e bactérias totais grupos ácido láctico aumentaram significativamente com a dose Fibregum B® 10g/dia, comparado ao grupo controle, sem afetar os grupos Bacteroides neutro. O efeito bifidogênico foi ainda mais acentuado em indivíduos com baixa contagem de bifidobactérias inicial. O efeito também foi significativo na dose de 15g/dia. Conforme pode ser verificado no gráfico abaixo.

Aumento da concentração fecal de bactérias com Fibregum B® (10g/d) em relação ao controle



Também foi testada , baixa dose (6g/dia) de Fibregum B® em um estudo duplo-cego randomizado controlado, envolvendo 96 voluntários saudáveis. Após uma semana de consumo de, 6g /dia de Fibregum B®, provocou um aumento de 0,7 log de bifidobactérias fecais em relação ao valor inicial que estava no limite de significância estatística (p = 0,09). Além disso, este efeito foi maior em comparação com FOS (frutooligossacarídeos), que aumentou apenas 0,3 log. Outra conclusão interessante deste estudo é que a mistura de 3g de Fibregum B® mais 3g de FOS, teve um efeito sinérgico bifidogênico (aumento de 1,38 log). Durante a administração de Fibregum B® nos 10 dias de estudo, a percentagem de indivíduos com *Colostridium perfringes* 4 log/g diminui ligeiramente.

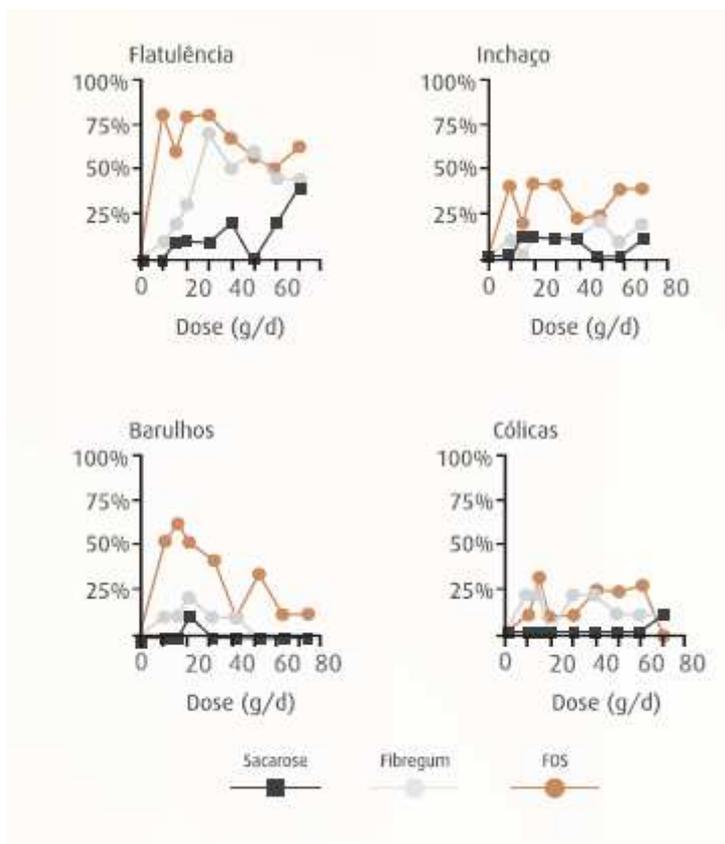
Portanto, Fibregum B® estimula o crescimento das bactérias ácido lácticas benéficas, por isto é considerado uma fibra PREBIÓTICA. O efeito prebiótico foi comprovado com apenas 10g diárias.

Alta tolerância intestino

Ao contrário do que outras fibras de baixa viscosidade, como fruto oligossacarídeos, Fibregum B® não apresentam efeitos colaterais laxativos. Na verdade, grandes quantidades de fibras prebióticas não digeridas e de baixo peso molecular aumentam a pressão osmótica no interior do intestino delgado, estimulando a migração da água do corpo para a luz e, por conseguinte, provocando diarreia por excesso de água. Graças à sua natureza polimérica a Goma

Acácia não mexe na pressão osmótica e, portanto, é muito bem tolerada. Os testes clínicos com seres humanos mostraram que as fibras da Acácia não apresentam efeitos colaterais em doses de até 50 gramas por dia. Essa alta tolerância intestinal de Fibregum B®, se deve por causa da baixa produção de gás, minimizando os sintomas de desconforto intestinal (flatulência, distensão abdominal, barulhos, cólicas). A figura abaixo mostra que Fibregum B®, mesmo em altas doses, é bem tolerado quando comparado ao FOS, pois Fibregum B® não provoca flatulência, distensão abdominal, barulhos e cólicas.

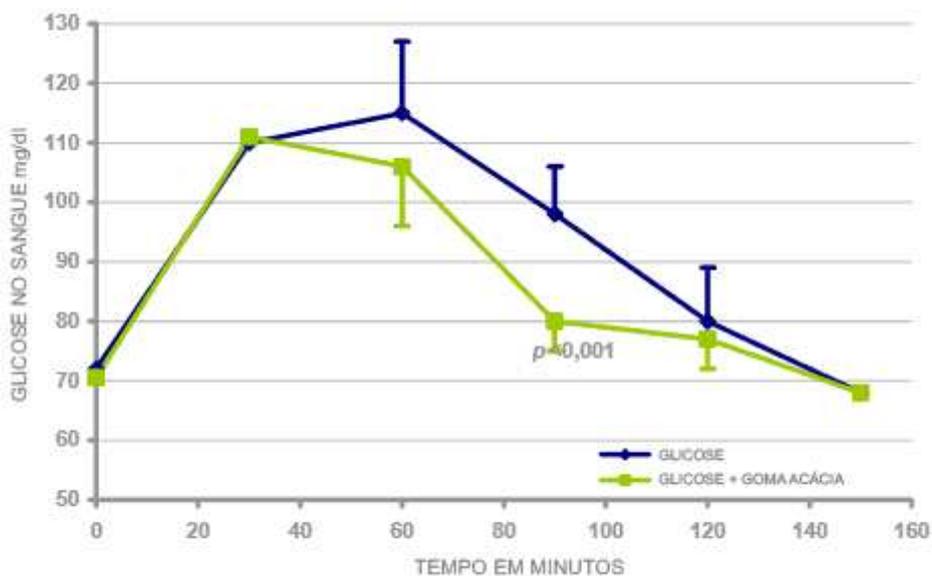
Fibregum B® melhor tolerada em comparação com FOS



Efeito Hipoglicemiante

Fibregum B® é uma fibra solúvel e não digerida na parte superior do trato gastrointestinal, por isso seu índice glicêmico é NULO. Teste de tolerância de glicose foi realizado em 12 indivíduos saudáveis. A adição de 20g glicose para cada 100g Goma Acácia, resultou em uma redução significativa na glicemia (16,1%) e níveis de insulina (11,2%) após 90 minutos. O gráfico abaixo, mostra o efeito da Goma Acácia na resposta glicêmica pós-prandial.

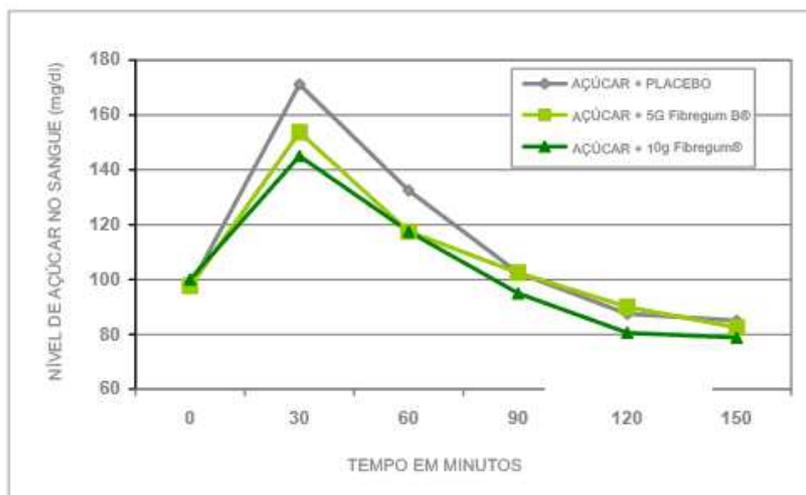
Efeito da Goma Acácia sobre a resposta da glicose pós-prandial



** Área sob a glicemia (-18,6%) e insulina (-12,4%), as curvas foram também diminuídas significativamente ($p < 0,05$).

Outro estudo realizado com 12 indivíduos saudáveis comprovou que o uso de 5 a 10g de Fibregum B®, diminui consideravelmente a resposta glicêmica pós-prandial, como mostra o gráfico a seguir.

Efeitos da ingestão Fibregum B® na resposta glicêmica



Valor energético

Cada vez mais indivíduos são afetados por problemas relacionados à obesidade, devido a uma dieta altamente calórica associado à inatividade física.

Goma Acácia não é digerida no intestino delgado e, portanto, não constitui uma fonte de energia que pode ser metabolizada. Porém, é fermentado pelas bactérias presentes no intestino grosso, levando à síntese de ácidos graxos de cadeia curta (AGCC) que são metabolizados pelas células epiteliais da parede intestinal e outros tecidos periféricos, como o fígado. Portanto, o valor calórico da Goma Acácia não é zero.

O valor calórico da Goma Acácia (Fibregum B®), foi avaliado durante um estudo de intervenção em humanos, analisando os açúcares restantes recuperados nas fezes. Nesse caso, o valor calórico de Fibregum B® foi estimado entre 1,3 e 1,8 kcal / g (5,5 kJ e 7,7 kJ / g).

Indicação

Fibregum B® é indicado como coadjuvante nos tratamentos da constipação intestinal, síndrome plurimetabólica e na manutenção e recomposição da flora intestinal.

Dose diária recomendada

5g a 10g de Fibregum B®

Modo de Usar

Fibregum B® é solúvel em água e não tem sabor, sendo ideal para ser ingerido com sucos, leite de soja, leite desnatado, iogurtes, shakes e vitaminas.

Informações adicionais

Fibregum B® é estável em pH ácido e não tem propriedade espessante.

Benefícios do Fibregum B®

Os consumidores estão cada vez mais conscientes da forte ligação entre a nutrição e a saúde. Os Benefícios do Fibregum® estão listados abaixo:

- Efeitos prebióticos comprovados e reconhecidos
- Alta tolerância gastrointestinal
- Baixo valor calórico
- Não cariogênico

Referência Bibliográfica

Literatura do fabricante - Colloïdes Naturels International/França.

Propaganda exclusiva para profissionais da Saúde
Atualização 00 / 06.10 / TBF