



Regula Max

FIBRA DIETARIA

Fibra alimentaria soluble reguladora del tránsito intestinal con efecto prebiótico. Elaborada a partir de dextrina de maíz. Sin sabor y sin alteración de la textura de los alimentos.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Porción 5 g (2 cucharitas de té)

	Cantidad por porción	% VD (*)
Valor Energético	8,2 kcal (34 kJ)	1%
Fibra alimentaria	4,1 g	16%

REGULAMAX es una dextrina de maíz en cadena de polisacáridos complejos no digerible por la actividad enzimática humana, lo que asegura su llegada intacta al colon.

REGULAMAX es una fibra soluble resistente al calor y a la acidez, con marcado efecto PREBIÓTICO, favoreciendo el desarrollo de Lactobacilli y Bacteroides Colónicos e inhibiendo patógenos como cepas de Clostridium.

Puede ser incorporada a líquidos como agua, té, yogures o preparaciones para cocción u horneado.

Durante el consumo de fibras, es necesario asociar cantidades de agua importantes. Como recomendación general, la fibra no debería sobrepasar el 10% del contenido total del líquido.

En adultos se debe comenzar con una dosis de 5 g al día y mantenerla durante una semana para lograr los efectos deseados. Se puede aumentar la dosis diaria de a 5 g, no sobrepasando los 15 g al día. En niños de 4 a 12 años se debe comenzar con una dosis de 2,5 g al día y se puede aumentar la dosis diaria de a 2,5 g, no sobrepasando los 7,5 g al día. Niños menores de 4 años consultar a su médico tratante antes de usar.

Regulamax brinda un bajo aporte calórico (8 kcal por porción de 5 g) y provoca sensación de saciedad, lo que contribuye al control de peso y ayuda a prevenir el desarrollo de la obesidad.

INDICACIONES:

Como suplemento diario de fibra en personas que no logren alcanzar la recomendación de consumo de 5 frutas y/o verduras diarias. Para regularizar el tránsito intestinal en situaciones tanto de estreñimiento como de diarrea en niños, adultos y embarazadas. Disminuye colesterol y/o triglicéridos elevados.

APTO PARA CELÍACOS.



MODO DE USO:

2 a 6 cucharitas de té (5 a 15 g) por día = Adultos

1 a 3 cucharitas de té (2,5 a 7,5 g) por día = Niños

Puede adicionarse a líquidos fríos o calientes, así como a preparaciones pastosas (yogurt o puré). No tiene sabor, olor, color, ni espesa los líquidos a los que se agregue Regulamax.



Hace ya algunos años, la revista Nutrition Science News publicó un interesante artículo donde señalaba: "Nutrición en el paleolítico: tu futuro depende de tu pasado. Los genes humanos, formados durante millones de años de evolución, hacen mala pareja con las dietas modernas altamente elaboradas". Esta publicación concluye con que somos genéticamente casi iguales a nuestros antepasados, pero con un cambio radical en nuestros hábitos dietéticos, pasando de una dieta rica en frutas, verduras y legumbres, a una dieta rica en proteínas y grasas de origen animal. Estos cambios han mostrado, en múltiples estudios epidemiológicos, la relación directa de enfermedades metabólicas y del aparato digestivo con la falta de fibra de nuestra dieta. Esta ausencia se ha mostrado como un factor de riesgo para el desarrollo de enfermedades crónicas no transmisibles de los adultos, pero con el agregado que el trastorno empieza en forma subclínica en la niñez y la adolescencia. Dentro de las enfermedades relacionadas con este concepto se destacan la obesidad, la diabetes (ambas además factores de riesgo para la enfermedad cardiovascular), la hipercolesterolemia, el estreñimiento crónico y la diverticulosis.

Pese al reconocimiento cada vez más extendido de que la fibra dietaria es un constituyente importantísimo de una dieta saludable, la media de consumo de la población se mantiene en menos de la mitad de los valores aconsejados de 30 g por día.

La fibra dietaria es parte de las plantas (o los carbohidratos análogos) que son resistentes a la digestión y absorción por parte del intestino delgado humano y que serán fermentadas en forma parcial o total en el intestino grueso.

Además de mantener la salud del tubo digestivo, estas fibras también promueven efectos fisiológicos benéficos como la disminución del colesterol sanguíneo, de los triglicéridos y de la respuesta glicémica. Además, algunas fibras tienen efecto prebiótico, ayudando al desarrollo y actividad de las bacterias probióticas y la salud del intestino grueso.

Según su solubilidad en agua, las fibras se han clasificado en solubles e insolubles. La fibra insoluble la constituyen la lignina, la celulosa, la hemicelulosa, mientras que dentro de las solubles encontramos a los almidones resistentes a la digestión como inulina, FOS, GOS, mucílagos, gomas y pectinas.

Existen un número importante de suplementos de fibra en diferentes presentaciones desarrollados para corregir las deficiencias del consumo de la fibra dietaria, pero muchas de ellas presentan diferentes inconvenientes.

Así, la fibra tipo psyllium y la metilcelulosa se vuelven gomas aumentando la viscosidad de los líquidos y un mal sabor en la boca. Estas fibras deben consumirse con grandes cantidades de agua y tienen baja aceptación por parte de las personas que desean consumirlas.

Por dicha razón, la investigación se ha centrado en el desarrollo de fibras totalmente solubles de baja viscosidad, fundamentalmente inulina, FOS o goma guar, pero todas ellas necesitan de cierto grado de aglomeración o granula-

ción antes de poder ser agregadas a formulaciones alimenticias. Incluso la inulina o los FOS tienen escasa estabilidad y resistencia al calor o a la acidez, tienen mal sabor y baja tolerancia digestiva, lo que determina que las cantidades que se pueden aportar sean bajas.

Una fibra soluble ideal debe ser de disolución instantánea, baja viscosidad, sabor neutro, poseer alto contenido de fibra, buena tolerancia digestiva, excelente estabilidad al calor y al medio ácido, y fácil de procesar.

Las dextrinas se obtienen por tratamiento del almidón, incorporando uniones glucídicas al polímero que no pueden ser digeridas por ninguna enzima humana y por ello se clasifican como fibras.

Regulamax es una novedosa fibra de dextrina con todas las características benéficas señaladas, lo que permite su utilización como suplemento de fibra en polvo para reconstituir en líquidos, bebidas habituales, barras nutritivas, tabletas y en nutrición enteral clínica.

A diferencia de la mayoría de las fibras solubles, Regulamax no le da sabor a las formulaciones a las que se incorpora en diluciones habituales no mayores al 10%. Por dicha razón, permite su incorporación al agua de mesa así como a líquidos calientes como mate o té. También puede ser incorporada a diferentes preparaciones como masas para pastas o tortas y soporta la cocción sin perder sus propiedades. Su alta resistencia al medio ácido permite tolerar la acidez gástrica con pH de 2, lo que no es posible con productos como inulina o FOS.

Como todas las fibras, Regulamax será fermentada en el intestino, lo que puede provocar gases y flatulencia. A diferencia de la inulina y los FOS, los efectos digestivos son más atenuados, lo que permite tolerar dosis mayores en caso de necesidad.

También es fundamental que las fibras tengan efecto prebiótico, sirviendo como nutriente a microorganismos benéficos como Lactobacilli y Bacteroides del tracto digestivo, a la vez que limita el crecimiento de especies patógenas como Clostridium. Los Prebióticos también tienen efecto beneficioso para prevenir la diarrea, controlar úlceras, reducir el colesterol, mejorar la inmunidad y ayudan en la prevención del cáncer de colon. Estos efectos se atribuyen a la reducción del pH colónico como resultado de la producción de ácidos grasos de cadena corta.



PRESENTACIÓN
Pote de 100 g, sin sabor.