

OS BENEFÍCIOS DAS FIBRAS SOLÚVEIS E INSOLÚVEIS PARA A SAÚDE HUMANA

A busca por alimentos mais saudáveis já deixou de ser uma tendência e se tornou uma constante. Na agitação da vida moderna, os consumidores querem cada vez mais aliar praticidade a saudabilidade. Segundo pesquisa divulgada pela Innova, 1 em cada 4 brasileiros aumentou o consumo de fibras na dieta de sua família em 2018 para ser mais saudável*. As fibras têm ocupado posição de destaque no âmbito dessa alimentação saudável.

As indústrias do segmento estão investindo amplamente em pesquisas e tecnologia para a obtenção de variedades de fibras alimentares que possam contribuir para o enriquecimento dos alimentos, atendendo, assim, a demanda dos consumidores. A Ingredion responde aos desafios das indústrias oferecendo um portfólio de soluções em fibras solúveis e insolúveis que atendem as necessidades dos consumidores na busca por alternativas mais saudáveis, sem comprometer o sabor ou a textura dos produtos.

OS BENEFÍCIOS DAS FIBRAS

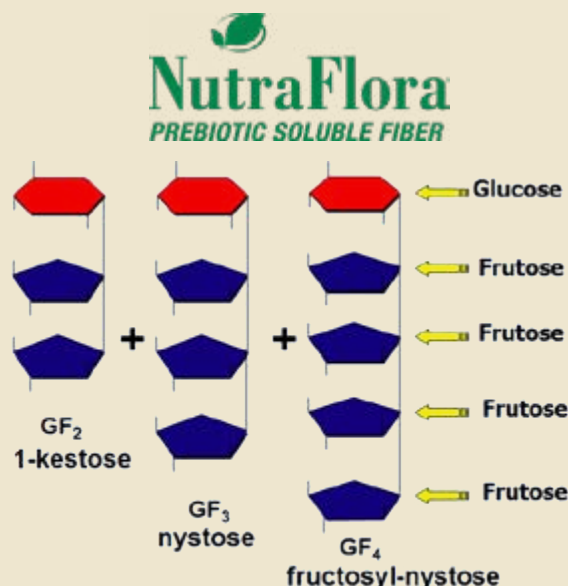
A incorporação de fibras em alimentos tem como objetivo aumentar a oferta de produtos com esse apelo, visto que uma dieta balanceada e rica em fibras nem sempre é facilmente adotada pelo consumidor.

Diversos estudos vêm sendo realizados para comprovar os benefícios do consumo regular de fibras para o organismo. Além da melhora do funcionamento do intestino, outras características também podem ser observadas com o uso de fibras na composição dos alimentos. No segmento de panificação, por exemplo, podem-se notar, além do aporte funcional, benefícios relacionados à textura.

As fibras alimentares podem ser classificadas em solúveis e insolúveis. As fibras solúveis são fermentadas por bactérias no cólon, enquanto as fibras insolúveis são absorvidas lentamente pelo trato intestinal.

FIBRAS SOLÚVEIS

No segmento de fibras solúveis, a Ingredion tem em seu portfólio o NUTRAFLORA®. Trata-se de um frutooligossacarídeo de cadeia curta, obtido a partir da sacarose em um processo de conversão enzimática. Nesse método, também conhecido como transfrutossilacção, ocorre a formação de cadeias lineares de oligossacarídeos, cuja estrutura é composta de moléculas de sacarose ligadas a moléculas de frutose.



* Innova, 2018.