

# Fiber AG – Uma Fibra, Muitas Funções



**Fiber AG**

**Fiber AG®** é obtida naturalmente dos nódulos da árvore de acácia (Acácia seyal), cultivada principalmente na África. É um produto 100% natural, sem modificações químicas ou enzimáticas, além de ser GMO free. Sua composição é 95% de polissacarídeos em base seca e de 1% a 2% de diferentes espécies de proteínas. Além disso, possui substâncias associadas, como polifenóis e minerais (magnésio, potássio, cálcio, sódio), em cerca de 3% a 4%.

Por ser constituída de no mínimo 90% fibras solúveis, **Fiber AG®** possui características específicas desse tipo de fibra. As fibras solúveis, assim como as insolúveis, agem igualmente sobre a velocidade do trânsito intestinal, porém sem aumento da absorção de água. Provocam reações de fermentação lenta, característica que impede a formação de gases e distensões abdominais. Ainda, é capaz de produzir altas concentrações de ácidos graxos de cadeia curta (AGCC). Tais elementos são os principais promotores da motilidade do conteúdo fecal e regularizam o trânsito intestinal de forma suave. No intestino, os AGCC funcionam como fonte de energia para a mucosa e como agentes protetores de várias doenças como: diarreia, inflamações intestinais e do câncer de cólon.

Outra característica relevante de **Fiber AG®** consiste no aumento do tempo de exposição dos nutrientes no estômago, proporcionando retardo no esvaziamento gástrico, melhora na digestão dos mesmos e contribui para a regulação do metabolismo de carboidratos e gorduras. Tal característica promove sensação de saciedade, melhora nos índices glicêmico e insulinêmico e melhora no perfil lipídico.

## Ações Clinicamente Comprovadas

### Perda de Peso

Foi avaliada a suplementação de 30 gramas diárias de goma acácia em 120 mulheres saudáveis sob dieta normal, durante 6 semanas. O grupo placebo recebeu 1 grama de pectina ao dia. Peso e altura foram medidos antes e após o final do estudo, utilizando medidas padrão de peso e altura. Foi utilizado um paquímetro para análise de dimensão corpórea e percentual de gordura.

Houve redução significativa do IMC em 0,32 e percentual de gordura corporal de 2,18% após a ingestão regular da goma acácia nesse período avaliado (Babiker et al., 2012).

## Índice Glicêmico

Foi avaliada a suplementação de dieta composta por 60,4% de carboidratos e 5,6% de **Fiber AG®**. A dieta foi ingerida ou instilada no duodeno e a insulina pós-prandial e resposta à glicose foram monitoradas por 3 horas.

A infusão de refeições contendo amido mostrou uma diminuição na taxa de digestão de amido no intestino delgado superior responsável por parte do efeito de viscosidade em resposta glicêmica, ao passo que o efeito principal da goma foi, aparentemente, retardar o esvaziamento gástrico. Isso comprova que a goma acácia fornece uma diminuição no metabolismo de carboidratos, reduzindo os níveis de glicose sanguíneos e ainda, pelo retardo no esvaziamento gástrico, promove saciedade.

## Efeitos na Saciedade

Um estudo anterior demonstrou que **Fiber AG®** promoveu um retardo significativo no esvaziamento gástrico, o que prolonga a saciedade por mais tempo.

## Efeitos Prebiótico

**Fiber AG®** possui efeito prebiótico e é benéfica à saúde intestinal. Reduz o efeito da distensão abdominal, comum em outras fontes de fibra. Por ser uma fibra solúvel e com leve propriedade emulsificante, reduz a incidência de fortes diarreias, melhorando o balanço eletrolítico no intestino delgado.

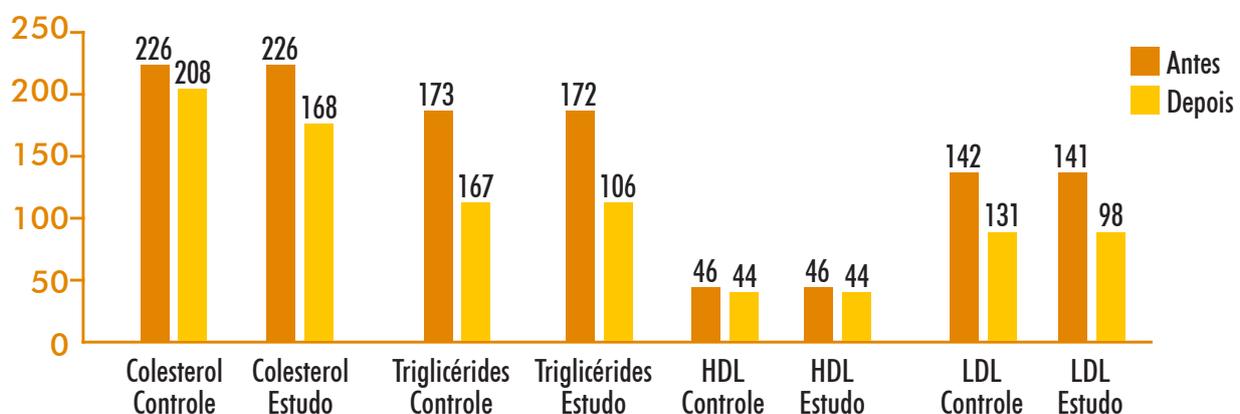
Um estudo duplo-cego, randomizado, foi realizado no Departamento de Fisiologia da Universidade de Cartum. Um total de 120 mulheres saudáveis participou do estudo. Elas foram divididas em dois grupos: um grupo de teste de 60 voluntários que receberam **Fiber AG®** (30 g/dia) durante 6 semanas e um grupo de placebo de 60 voluntários que receberam pectina (1g/dia) para o mesmo período de tempo. Uma das vantagens observadas foi seu efeito prebiótico. Foi alegado que a suplementação de quatro semanas com **Fiber AG®** (10g/dia) levou a aumentos significativos nas bifidobactérias, lactobactérias e Bacteriodes, indicando um efeito prebiótico.

## Melhora do Perfil Lipídico

A suplementação diária de 30g de **Fiber AG®** reduziu em 10% o LDL e o VLDL, em um período de 30 dias. A redução foi constatada somente nos níveis de LDL e VLDL sem efeito nos níveis de triglicerídeos e HDL não houve nenhuma alteração significativa.

Um outro estudo comparou a associação de 20 mg de atorvastatina a 30 mg de **Fiber AG®**, durante 4 semanas. As análises, que foram realizadas no início do estudo e após 4 semanas, demonstraram que a associação do fármaco com **Fiber AG®** potencializou os resultados, melhorando significativamente o perfil lipídico desse grupo de pacientes, como mostram os dados abaixo:

**Tabela 1.** Mudanças no perfil lipídico dos grupos com somente atorvastatina (controle) e com associação a goma acácia (estudo), antes e após 1 mês de tratamento:



## Saúde Dentária

**Fiber AG®** possui o efeito de potencializar a mineralização dos dentes, visto que seus polissacarídeos possuem um alto conteúdo de íons cálcio, magnésio e potássio e pelo efeito da goma acácia no metabolismo de cálcio e fosfatos.

## Saúde Renal

Várias dietas buscam tratar a disfunção renal crônica e reduzir a uremia utilizando um regime restrito de proteínas. O intestino tem sido conhecido como um substituto dos rins. Uma alternativa dietética tem sido proposta baseada na suplementação de carboidratos fermentáveis como a goma acácia, pois resultados têm mostrado efeito redutor de ureia pelo aumento da excreção de nitrogênio nas fezes, o que reduz a excreção de nitrogênio total na urina, não sobrecarregando os rins de pacientes debilitados.

Pesquisas anteriores têm indicado que culturas bacterianas podem induzir a síntese de enzimas que reciclam ureia e outros compostos de nitrogênio retidos em pacientes com uremia.

Em um estudo realizado com 50 gramas ao dia de **Fiber AG®** durante 3 meses, os resultados demonstraram redução significativa nos níveis de ureia, creatinina, fosfato e ácido úrico na urina, pois estas estavam sendo excretadas pelas fezes. Isso acarreta em uma ação poupadora dos rins.

Fiber AG é indicada para pacientes com disfunções renais ou sob dieta com sobrecarga de proteínas.

**Dose Sugerida: 5 a 10g ao dia.**

**Dose Tolerante: até 50g ao dia.**

## Sugestões de Fórmula

### Yogo Simbios Lactose Free

Metabolize4®.....500mg  
Fiber AG®.....5g  
Pool de probióticos.....10 x 10<sup>9</sup> UFC  
Suspensão para preparo extemporâneo,  
aroma iogurte.....15g

**Modo de preparo:** Agitar o conteúdo de um sachê em 100ml de água gelada, consumir em seguida.

Acrescente sabor e crocância ao seu iogurte com os **Flakes de Fibrex®**.

### Duo Natural Fiber

Fiber AG®.....5g  
Fibrex®.....10g

**Modo de preparo:** Dilua 15g (2 colheres de sopa) em 20ml de água ou outro líquido de preferência. Misture até completa dissolução. Depois, adicione 150ml do líquido. Duo Natural Fiber também pode ser misturado em alimentos prontos para consumo ou no preparo, tais como saladas, vitaminas, iogurtes, bolos, biscoitos, sopas e molhos.

## Redução da compulsão alimentar

Metabolize 4®.....500mg  
Fiber AG®.....150mg  
5-HTP.....50mg  
L-Fenilalanina.....200mg  
L-Tirosina.....100mg  
Excipiente.....qsp 1 dose

**Posologia:** Tomar 1 dose, 30 minutos antes do almoço.

## Referências Bibliográficas

- BABIKER, R.; MERGHANI, T. H.; ELMUSHARAF, K.; BADI, R. M.; LANG, F.; SAEED, A. Effects of gum Arabic ingestion on body mass index and body fat percentage in healthy adult females: two-arm randomized, placebo controlled, double-blind trial. **Nutrition Journal**. Vol. 11. P. 111. 2012.
- LECLÈRE, C. J.; CHAMP, M.; BOILLOT, J.; GUILLE, G.; LACANNU, G.; MOLIS, C.; BORNET, F.; KREMPF, M.; DELORT-LAVAL, J.; GALMICHE, J. P. Role of viscous guar gums in lowering the glycemic response after a solid meal. **Am. J. Clin. Nutr.** Vol. 59. P. 914-921. 1994.
- MOHAMED, R. E.; GADOUR, M. O.; ADAM, I. The lowering effect of Gum Arabic on hyperlipidemia in Sudanese patients. **Frontiers in Physiology**. Vol. 6, Article 160. 2015.
- ONISHI, T.; UMEMURA, S.; YANAGAWA, M.; MATSUMURA, M.; SASAKI, Y.; OGASAWARA, T.; OOSHIMA, T. Remineralization effects of gum arabic on caries-like enamel lesions. **Arch. Oral. Biol.** Vol. 53. P. 257-260. 2008.
- REHMAN, K.U.; CODIPILLY, C. N.; WAPNIR, R.A. Modulation of small intestinal nitric oxide synthase by gum arabic. **Exp. Biol. Med.** Vol. 229. P. 895-901. 2004.
- SHARMA, R.D.; Hypocholesterolaemic effect of gum acacia in men. **Nutr. Res.**, p.1321-1326. 1985.

Rua Dona Ana Prado, 245  
São Carlos/SP CEP 13574-031

**Central de atendimento**  
(16) 3509-1900 / 0800 600 6411  
vendas@biovital.ind.br

www.biovital.ind.br  
**Facebook:** biovital.ind  
**Instagram:** biovital\_ind