Vogler®
DESDE 1990

SUPLEMENTAÇÃO DO PÚBLICO 50+



Ana Lucia Quiroga
Gerente de Inovação P&D
Tel.: +55 (11) 4393-4400
E-mail: analucia@vogler.com.br

POR QUE O PÚBLICO 50+?

Estudos têm demonstrado que o público de **pessoas 50+** é o que **mais cresce** no Brasil e no mundo.

Pensando nisto, reunimos profissionais para conversarmos e entendermos sobre como aliar a **nutrição** com o **desenvolvimento de novos produtos**, utilizando **ingredientes funcionais**, específicos para este público.





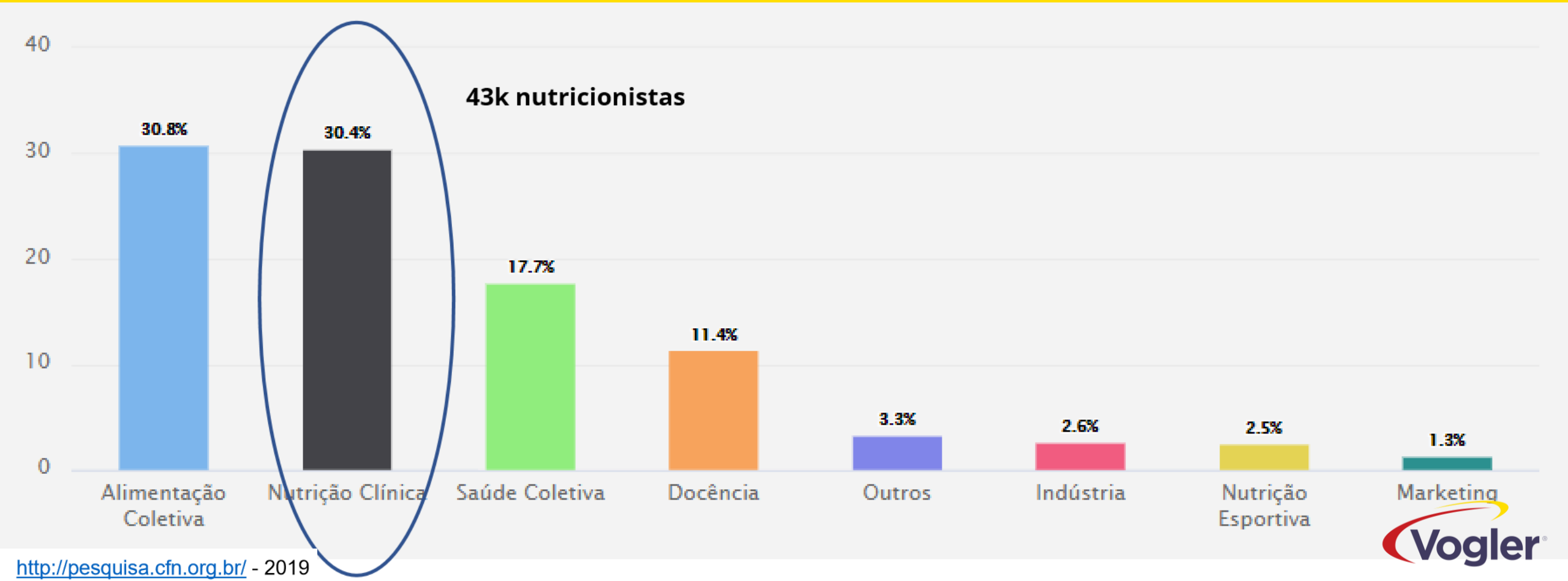
POR QUE PENSAR EM FORMULAÇÕES DE PRODUTOS FUNCIONAIS ESPECÍFICOS PARA ESSE GRUPO?

Com o **aumento da longevidade** precisamos possibilitar o **envelhecimento saudável**.

O aprimoramento de **ingredientes funcionais**, processos produtivos e **tecnologias** têm sido grandes aliados para a criação de alimentos cada vez mais **nutritivos**, **saborosos** e com **texturas agradáveis**.

Vogler

COM QUAIS NUTRICIONISTAS NÓS CONVERSAMOS?



http://pesquisa.cfn.org.br/ - 2019

Vogler

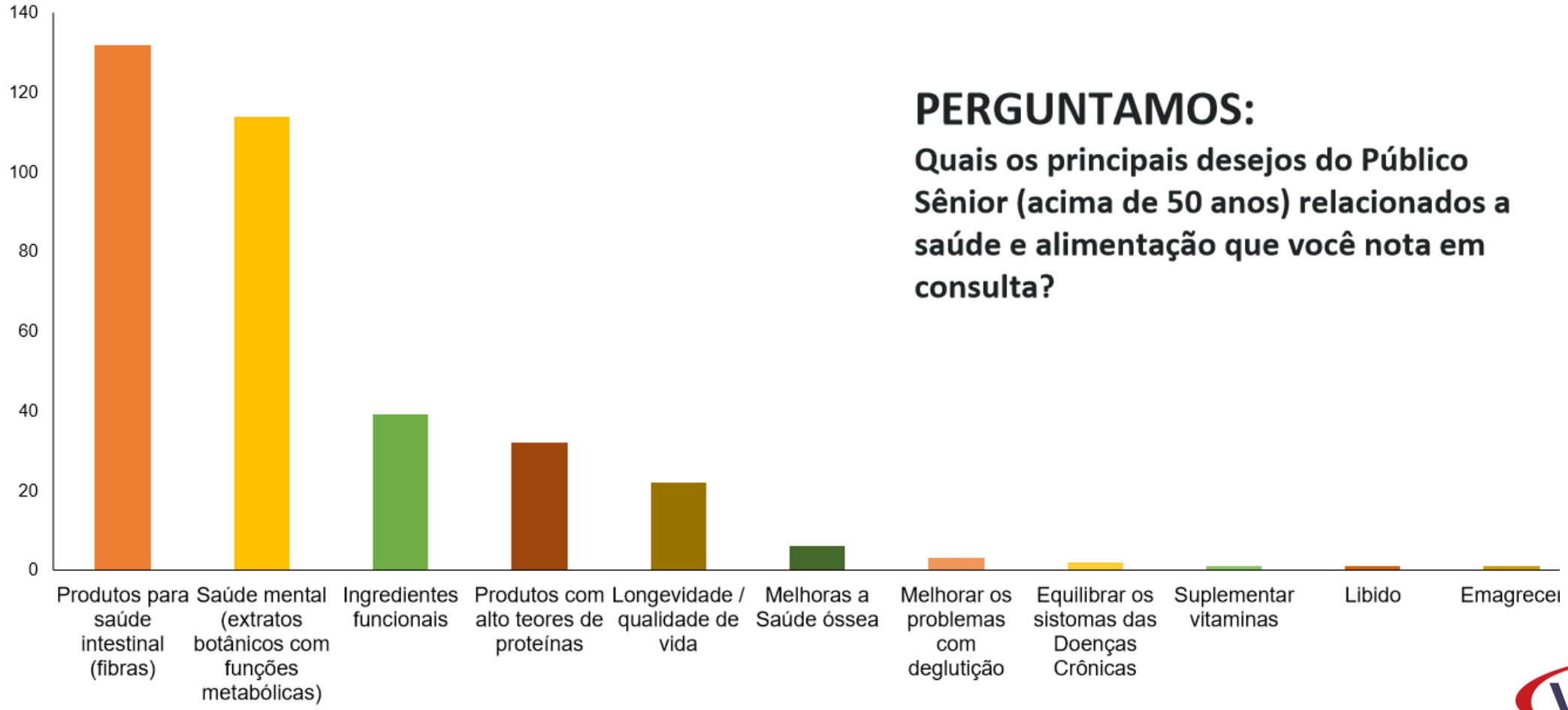
COM QUAIS NUTRICIONISTAS NÓS CONVERSAMOS?

NUTRICIONISTAS DA BASE ACADEMIA DA NUTRIÇÃO

- 234 profissionais
- Representantes de todas as regiões do país, em torno de 40% SP Capital
- Múltipla escolha e perguntas abertas
- Agosto 2021



QUAIS OS DESEJOS?



PERGUNTAMOS:

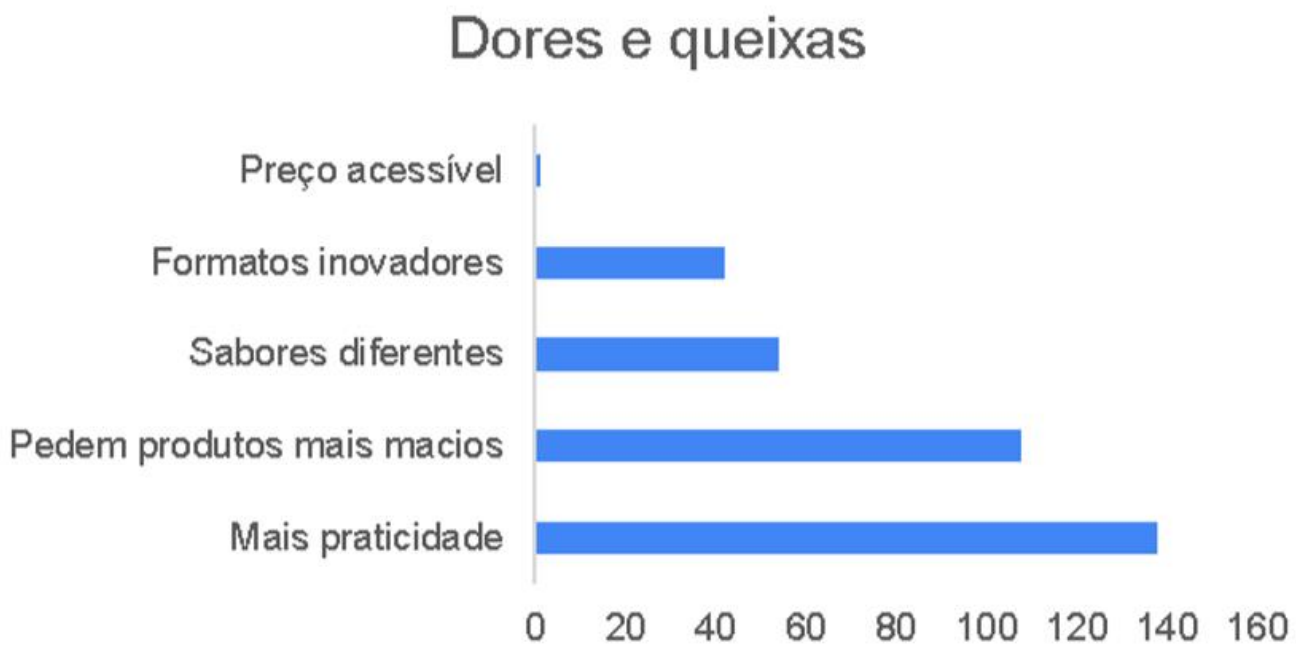
Quais os principais desejos do Público Sênior (acima de 50 anos) relacionados a saúde e alimentação que você nota em consulta?

Vogler



PRINCIPAIS DORES E QUEIXAS

Preço, Texturas e Sabores



DORES

- DIGESTÃO
- MOBILIDADE
- SABOR
- PALADAR



DIGESTÃO

Desconforto intestinal: desequilíbrio do **microbioma** que ocorre junto com o processo de envelhecimento.

Consumo de fibras: benefícios vão além do auxílio contra a **constipação**, melhorando também o **controle glicêmico** e de **doenças cardiovasculares e aumento da imunidade.**





FIBRAS

- **Solúveis**
  - Efeito **PREBIÓTICO**, são fermentadas, melhoram a flora intestinal (imunidade) e aumentam a absorção de cálcio.

- **Insolúveis**
  - Efeito **SACIEDADE**
  - Trânsito intestinal
  - Eliminação de toxinas

ADM

INNO fiber

Vogler

MOBILIDADE

HealthFocus International: fator “mobilidade” é o problema de saúde mais preocupante para americanos **acima de 40 anos**.

“A perda de massa muscular durante o processo de envelhecimento é estimada em **1% de perda anual** após os 30 anos de idade e **2% a partir dos 65**.

Sarcopenia: “perda de massa magra e função”, 45% das pessoas com mais de 65 anos e baixo nível de atividades físicas.

“A nutrição adequada pode ajudar a combater este problema, sendo a **proteína** o nutriente principal e mais eficaz para esta função”.

fonte: Abbott Nutrition Inc.



NECESSIDADES DE PROTEÍNAS

A necessidade média de **proteína** e **aminoácidos** essenciais **variam** de acordo com o estágio da vida, estado de saúde e estilo de vida. A ingesta protéica varia entre **0,8 e 2,0 g de proteína por Kg** de peso corporal.

Estágio da vida	**Necessidade de proteína**
0-6 meses	1,52 g/Kg
Criança pequena	1,05 g/Kg
Adolescentes	0,85 – 0,95 g/Kg
Adulto saudável	0,80g/Kg
Gestante	1,1 – 1,3 g/Kg
Atleta	1,2- 2,0 g/Kg
Público 50+	**1,0 – 1,2 g/Kg**

Bauer J. ET AL, 2013
MCCLAVE AS ET AL, 2016

Vogler



PROTEÍNAS DE SORO DE LEITE ALTO VALOR BIOLÓGICO

São proteínas completas que apresentam todos os aminoácidos essenciais, não são produzidos pelo nosso organismo.

Aminoácidos essenciais	Aminoácidos não essenciais
Histidina	Alanina
Isoleucina	Arginina
Leucina	Asparagina
Lisina	Ácido aspártico
Metionina	Ácido glutâmico
Fenilalanina	Glutamina
Treonina	Glicina
Triptofano	Prolina
	Serina
	Tirosina

Arla Foods Ingredients
Discovering the wonders of whey

Vogler



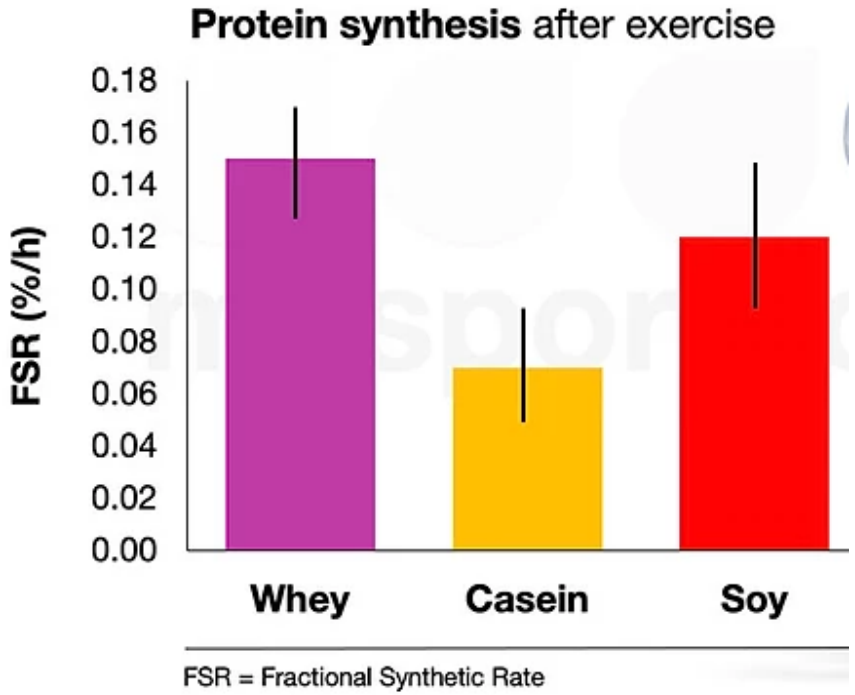
PROTEÍNAS DE SORO DE LEITE
ALTO VALOR BIOLÓGICO

AMINOÁCIDOS ESSENCIAIS	FUNCIONALIDADE
Leucina, isoleucina, Valina BCAA's	AAs de cadeia ramificada, para o **aumento da síntese proteica**, recuperando e aumentando o músculo

Arla Foods Ingredients
Discovering the wonders of whey

Vogler

PROTEÍNAS DO SORO DO LEITE



- **Alta digestibilidade**
- Rapidamente **absorvidas** pelo organismo
- Promovem maior **síntese de massa magra** (BCAA's – Aminoácido de Cadeia Ramificada)

Tang et al. J Appl Physiol 107: 987–992, 2009.

Arla Foods Ingredients
Discovering the wonders of whey

Vogler

PROTEÍNAS DE SORO DO LEITE
Qual a diferença, são todas iguais?

TIPOS	CARACTERÍSTICAS
Concentradas WPC	Min. 80% proteínas
Isoladas WPI	Mín. 90% proteínas
Hidrolisadas	Min 80% proteínas Contém dipeptídeos e tripeptídeos – maior absorção e digestibilidade



Arla Foods Ingredients
Discovering the wonders of whey

SUPLEMENTAÇÃO DE PROTEÍNA DE SORO DE LEITE

- **O estudo:**

66 mulheres (60+ anos) participaram de uma **rotina de treinamento de resistência** de corpo inteiro em 3 grupos de suplementação.

- **Treinamento:**

Etapa 1: 8 semanas de familiarização com treinamento de resistência;

Etapa 2: 12 semanas de treinamento de resistência + suplementação.

1. Antes do Treino

2. Após o Treino

3. Sem Suplementação

NABUCO ET AL (2018) NUTRIENTS

Arla Foods Ingredients
Discovering the wonders of whey

Vogler

SUPLEMENTAÇÃO DE PROTEÍNA DE SORO DE LEITE

	GRUPO 1 Antes do treino	GRUPO 2 Após o treino	GRUPO 3 Sem suplementação
Massa muscular (kg)	+3,4+/-2,9	+4,2+/-2,3	+2,0+/-2,1
Força total (Kg)	+8,1 +/-1,6	+8,3+/-2,3	+7,0+/-2,7

- **Conclusão:**

A **suplementação** de proteína de soro de leite antes ou após o treinamento resistido é **eficaz** em promover **aumentos na massa muscular** esquelética, força muscular e capacidade funcional em **mulheres 60+** pré-condicionadas

NABUCO ET AL (2018) NUTRIENTS

Arla Foods Ingredients
Discovering the wonders of whey

Vogler



COLÁGENO E MOBILIDADE

Tipos	Produção	Funcionalidade	Consumo
Colágeno tipo I	Hidrolisado	Pele, cabelos, unhas	10g/dia
Colágeno tipo II	Não hidrolisado	Tecido cartilaginoso Ação anti-inflamatória, auxilia no processo de recomposição da cartilagem: conforto articular, flexibilidade e mobilidade	40 mg/dia

Lonza

Vogler

ESTUDO DO EFEITO DO COLÁGENO TIPO II EM OSTEOARTRITE

Lugo *et al. Nutrition Journal* (2016) 15:14
DOI 10.1186/s12937-016-0130-8

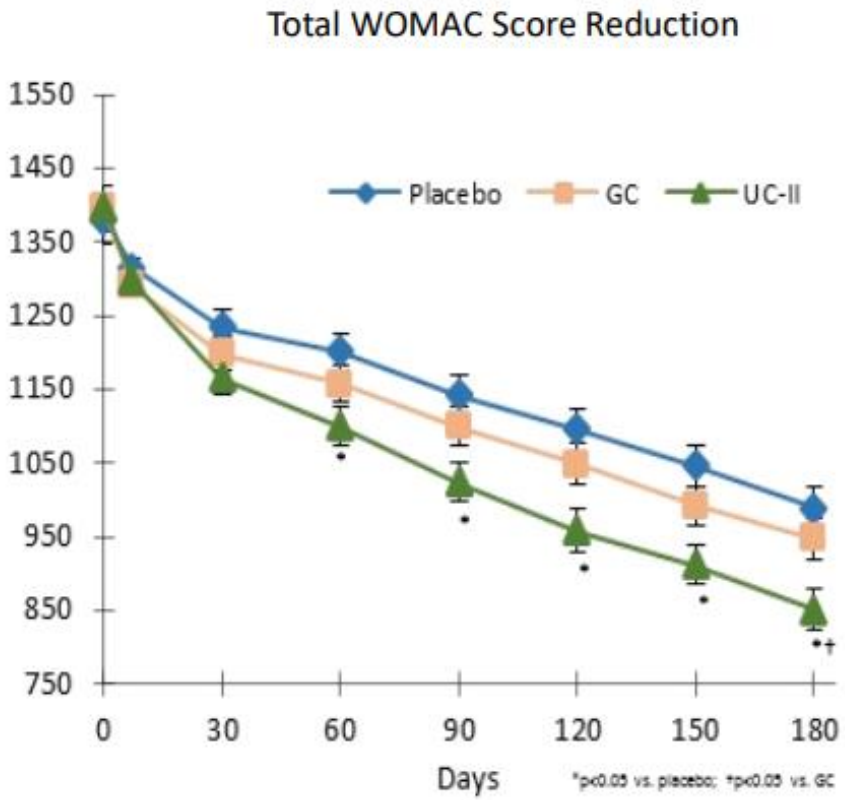
RESEARCH Open Access

Efficacy and tolerability of an undenatured type II collagen supplement in modulating knee osteoarthritis symptoms: a multicenter randomized, double-blind, placebo-controlled study

James P. Lugo[1], Zainulabedin M. Saiyed[1] and Nancy E. Lane[2*]

Estudo:
Três grupos:
1. Placebo
2. GC (1.500 mg G +1.200 mg C)
3. Colágeno UC-II®

N= 186
180 dias
Indivíduos com osteoartrite moderada a severa.

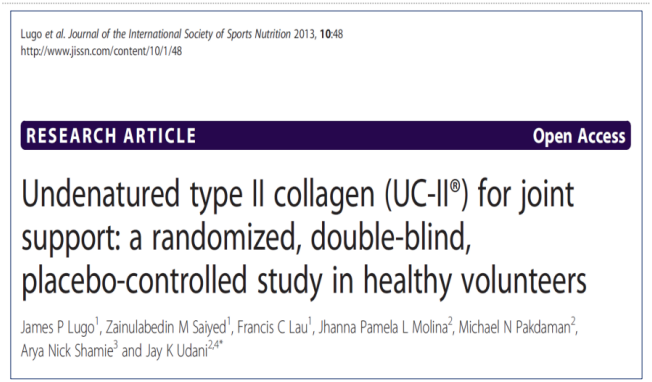


Lonza

Vogler

Lugo JP, et al. Nutr J. 2016;15:14

ESTUDO DO EFEITO DO COLÁGENO TIPO II EM MOBILIDADE



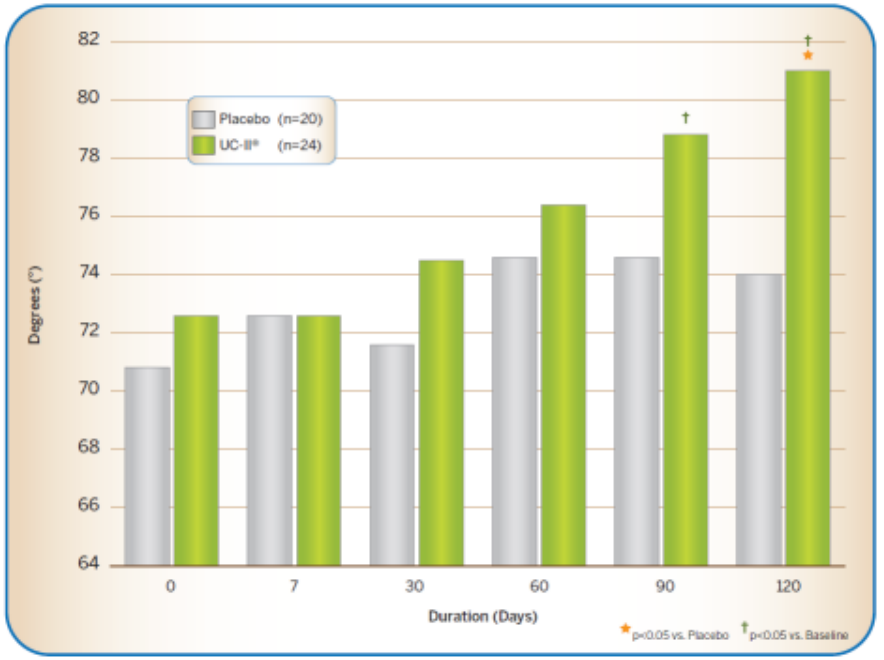
Lugo *et al. Journal of the International Society of Sports Nutrition* 2013, **10**:48
http://www.jissn.com/content/10/1/48

RESEARCH ARTICLE Open Access

Undenatured type II collagen (UC-II®) for joint support: a randomized, double-blind, placebo-controlled study in healthy volunteers

James P Lugo[1], Zainulabedin M Saiyed[1], Francis C Lau[1], Jhanna Pamela L Molina[2], Michael N Pakdaman[2], Arya Nick Shamie[3] and Jay K Udani[2,4*]

Estudo:
Dois Grupos:
1. Placebo
2. 40 mg UC-II®
N=55
120 dias
Indivíduos saudáveis, média de idade 46 anos



- Subjects taking UC-II® brand undenatured type II collagen significantly increased their knee extension range compared to placebo

Lonza

Vogler

Lugo et al., J Int Soc Sports Nutr. 2013;10:48

PALADAR

Perda de paladar

Diabetes e a **hipertensão** agravados devido a adição de maiores quantidades de **açúcar e sal,** para que possam perceber melhor os sabores dos alimentos

Substituição **saudável**: Recomenda-se que a redução seja feita com substitutos de açúcar seguros e saudáveis, preferencialmente **naturais**, como a **estévia** (glucosídeos de esteviol) e **aromas naturais**, além de soluções para **intensificar** o sabor doce ou salgado.





PALADAR

Linha de edulcorantes – misturas sinérgicas

- Conferem sabor doce
- Perfil sensorial semelhante ao açúcar

Alternativa	Poder edulcorante	Ingredientes
INNODOLCE NSB-01	250-300	Glucosídeos de esteviol
INNODOLCE 5 VR	500-600	Sucralose e acesulfame-k

Linha de aromas naturais –
COM INGREDIENTES NATURAIS!

- Conferem ou potencializam sabor doce;
- Interagem sinergicamente com outros aromas e sabores característicos presentes nos alimentos;



PALADAR

SUB4SALT

- Cloreto de Sódio, Cloreto de Potássio, Gluconato de Sódio
- 35% menos Sódio
- 50% menos Sódio

Dosagem: 1:1 em relação ao sal

Jungbunzlauer
From nature to ingredients®

Linha de aromas

Potencializam sabor salgado

- Interagem sinergicamente com o sal e aromas
- Sem alteração de rotulagem

INNO Flavor
Salt replacer

INNOFLAVOR	Dosagem orientativa (%)	Redução (%)
Idêntico ao Natural	0,15	40-50
Natural	0,30	30-40

Vogler

OBRIGADA!





Ana Lucia Quiroga
Gerente de Inovação P&D
Tel.: +55 (11) 4393-4400
E-mail: analucia@vogler.com.br