



**Colanta**<sup>®</sup>

**FUNCIÓNA**<sup>®</sup>



[www.colantafunciona.com](http://www.colantafunciona.com)

# Mejora tu digestión con Yogur Fibra Digesty<sup>®</sup>

- ✓ Libre de Lactosa
- ✓ Rico en Fibra
- ✓ Reducido en Azúcares

**Deslactosado**

VEGILADA SUPEROLIDARIA



Ricos sabores a Fresa, Ciruelas pasas, Pitaya y Melocotón

**Colanta**<sup>®</sup>  
Sabe Más

# COLANTA® presenta

## Yogur Fibra Digesty®

Deslactosado

**Bifidobacterium  
lactis BB12®  
+ Fibra prebiótica  
(scFOS)®**



- ✓ Libre de Lactosa
- ✓ Rico en Fibra
- ✓ Reducido en Azúcares

- ✓ Los consumidores quieren tomar control de su salud y alcanzar beneficios para ellos como es la salud digestiva. Uno de los trastornos más comunes es el vientre hinchado, por esa razón COLANTA® les ofrece el Yogur FIBRA DIGESTY® Deslactosado elaborado con leche semidescremada, reducido en azúcares, rico en fibra y libre de lactosa.
- ✓ Con **probióticos activos y fibra prebiótica soluble natural** que ayudan a normalizar las funciones digestivas, regenerar la flora intestinal y disminuir el crecimiento de bacterias causantes de las infecciones del colon.
- ✓ DIGESTY® es el ingrediente marca registrada que COLANTA® ha combinado y agregado a su yogur FIBRA DIGESTY® deslactosado.
- ✓ Está compuesto por bacterias benéficas y fibra prebiótica soluble que no es digerida por las enzimas digestivas, lo que ayuda al desarrollo de más bacterias buenas en el colon.

\*scFOS: Short chain Fructo Oligosacárido.  
Fructooligosacáridos de cadena corta.

- ✓ La fibra soluble FOS, es importante para el desarrollo de la flora intestinal sana.
- ✓ El cancer de colon (Tumor maligno) se puede prevenir.
- ✓ Recuerde consultar a su médico cuando presente algún síntoma que pueda afectar su salud. **NO SE AUTOMEDIQUE, ES MÁS ECONÓMICO PREVENIR QUE CURAR.** Se trata de su salud, cuídese y cuide a su familia.

COLANTA® te ofrece otros productos con fibra scFOS®:  
Leche Deslactosada con fibra y Refresco Pulpy.





## Conclusiones

- ✓ La hinchazón abdominal (digestión lenta), se puede mejorar cuidando la cantidad, tipo de alimentos y su preparación.
- ✓ Se recomienda tomar abundante agua (2 litros por día), consuma líquidos sin gas y sin azúcar.
- ✓ La fibra, puede potencialmente jugar un papel importante en la reducción de peso.
- ✓ La ventaja de la Fibra FOS (Fructooligosacáridos) en nuestro yogur, es que con una baja cantidad, las bacterias probióticas *Bifidobacterium* y *Lactobacillus* no tienen que hacer un gran esfuerzo y obtienen alimento suficiente para metabolizar.
- ✓ La fibra dietética y la funcional como los FOS se reconocen hoy, como un ingrediente importante para la nutrición sana.
- ✓ Realizar actividad física en forma regular, incluyendo ejercicios que fortalezcan la pared abdominal.
- ✓ Las dietas con un contenido alto en fibra, requieren más tiempo de masticación, por lo tanto cuide el tiempo empleado en comer, no lo haga en forma rápida.
- ✓ Si con el consumo diario de Yogur FIBRA DIGESTY® Deslactosado COLANTA® y abundante agua persiste el estreñimiento, debe consultar al médico.
- ✓ La fibra juega un papel importante en todas las funciones digestivas, desde la masticación hasta la evacuación de las heces.
- ✓ Incorpore gradualmente en su alimentación: fibras, verduras, frutas, cereales integrales, para ayudar a que su intestino se adapte y mejore sus problemas de distensión abdominal.

## Yogur Fibra Digesty® Deslactosado COLANTA®

- ✓ **Vida útil:**  
El producto sellado tiene una duración de 40 días, debe refrigerarse entre 2 °C y 6 °C. Luego de abierto el envase, consúmase en el menor tiempo posible.
- ✓ **Sabores:**  
Fresa, melocotón, ciruelas pasas y pitaya.
- ✓ **Presentaciones:**  
Vaso x 200 g.  
Paquete surtido x 4 y 6 unidades de 200 g c/u.  
Garrafa 1000 g.

## Consumo

- ✓ El Yogur FIBRA DIGESTY® Deslactosado COLANTA®, es una excelente fuente de fibra prebiótica y *Bifidobacterium lactis* BB12®, que le ayudarán a mejorar los síntomas de digestión lenta.
- ✓ Ideal para aquellos que buscan prevenir problemas con el sistema digestivo, cardiovascular e inmunológico.

**Bifidobacterium  
lactis BB12®  
+ Fibra Prebiótica  
scFOS®**



Más fibra.  
Mejor digestión.



## ALIMENTO SIMBIÓTICO

El Yogur FIBRA DIGESTY® deslactosado COLANTA® es un alimento SIMBIÓTICO; éstos combinan probióticos (bacterias vivas buenas) que refuerzan las defensas y prebióticos que son fibras presentes naturalmente en frutas y verduras. Funcionan como fibra soluble en el tracto gastrointestinal y colaboran en la regulación del intestino por ser el alimento de las bacterias intestinales.



Consuma diariamente un (1) Yogur FIBRA DIGESTY® deslactosado COLANTA® x 200g como refrigerio de la mañana o de la tarde para complementar y garantizar un buen aporte de fibra a su alimentación diaria.

No congele este yogur porque disminuye sustancialmente la carga probiótica de BB12®.

## Beneficios de los cultivos probióticos y la fibra prebiótica:

- ✓ Ayudan a normalizar las funciones digestivas.
- ✓ Restablecen la flora Intestinal durante una terapia con antibióticos.
- ✓ Reducen los síntomas relacionados con la intolerancia a la lactosa.
- ✓ Disminuyen los niveles de colesterol sanguíneo.
- ✓ Mejoran el metabolismo y absorción de nutrientes.
- ✓ Actúa como inmunomodulador (promueve el ataque contra células malignas).
- ✓ Inhibe el crecimiento de patógenos potenciales como la Escherichia coli (E-coli), la Shigella o la Salmonella.
- ✓ Nuestro Yogur FIBRA DIGESTY® deslactosado contiene en su fórmula 4 gramos de Fibra FOS (fructooligosacáridos), por cada 200 g, mejorando la absorción de minerales, especialmente calcio, magnesio y fósforo; componentes fundamentales para el desarrollo de huesos y dientes.
- ✓ Optimiza los beneficios de dietas con mayor nivel de proteínas.





## Enfermedades relacionadas con el bajo consumo de fibra

Los principales trastornos del colon relacionados con el bajo consumo de fibra son:

### Estreñimiento o constipación

Dietas bajas en fibra, consumo insuficiente de líquidos, inactividad física y uso frecuentes de laxantes hacen que no haya respuesta al deseo de defecación. Pueden agravar también este trastorno el estrés nervioso y la ansiedad.

### La fibra dietaria y las enfermedades del corazón

Los alimentos con alto contenido de fibra soluble ayuda a disminuir los niveles de colesterol total y con ello a disminuir el riesgo de enfermedad coronaria.

### La fibra dietaria y la diabetes

Los alimentos con alto contenido de fibra soluble ayudan a disminuir los niveles de azúcar en la sangre cuando son consumidos como parte de una dieta equilibrada.

### La fibra dietaria y su relación con el peso

El alto consumo de fibra produce sensación de saciedad y disminuye el hambre.

### Síndrome de colon irritable

Patrón anormal en el proceso de defecación que persiste por más de tres meses.

### Enfermedad diverticular

Hernias o bolsitas en la pared del colon (intestino grueso).

### Cáncer de colon

El alto consumo de alimentos ricos en fibra disminuye el riesgo de contraer cáncer de colon (intestino grueso).

## Ingredientes

- ✓ **Leche semidescremada, deslactosada.**
- ✓ **Salsa con trozos de fruta o pulpa homogenizada de fruta:** (azúcar, pulpa de fruta y trozos de fruta, agua, ciruela molida, avena en hojuelas, germen de trigo, almendra en trozos, salvado de trigo).
- ✓ **Enzima lactasa**
- ✓ **Edulcorante sucralosa**
- ✓ **Fibra prebiótica (Fructo-oligosacáridos):** Ingrediente funcional prebiótico. Adicionamos 4 g de Fructooligosacáridos (scFOS® o FOS), la cual está soportada por 20 años de investigación y alrededor de 200 publicaciones científicas, con más de 50 estudios realizados con seres humanos.
- ✓ **Cultivos lácticos específicos:** *Streptococcus thermophilus* y *Lactobacilos bulgaricus* (fermentos típicos del yogur tradicional).
- ✓ **Cultivos lácticos probióticos:** *Bifidobacterium animalis subsp. lactis* (BB12®).

Este microorganismo vivo probiótico ayuda a generar los movimientos peristálticos a nivel digestivo. Esta cepa cuenta con más de 50 estudios clínicos a nivel mundial, resaltando su trabajo en combinación o simbiosis con la fibra prebiótica y al ser ingeridos en cantidades adecuadas, son benéficos y protegen nuestro sistema gastrointestinal.

También es el único probiótico que ha recibido la denominación de GRAS (Generally Regarded As Safe), reconocido como inocuo o seguro para el consumo humano por la Administración de Alimentos y Fármacos (Food and Drug Administration - FDA) de los Estados Unidos y está entre los agentes que han sido mejor caracterizados y sometidos a la mayor cantidad de estudios clínicos, demostrando impactos positivos sobre la salud humana.

## Información Nutricional

Tamaño por porción: 1 vaso (200 g)

Cantidad por porción	
Calorías	Calorías de Grasa
140	35
Valor Diario*	
<b>Grasa Total</b> 4 g	<b>6%</b>
Grasa Saturada 2,5 g	13%
Grasa Trans 0 g	
<b>Colesterol</b> 10 mg	<b>3%</b>
<b>Sodio</b> 90 mg	<b>4%</b>
<b>Carbohidrato Total</b> 20 g	<b>7%</b>
Fibra Dietaria 6 g	24%
Fibra Soluble 4 g	
Fibra Insoluble 2 g	
Azúcares 14 g	
<b>Proteína</b> 6 g	<b>12%</b>
Vitamina A 4%	Vitamina C 0%
Calcio 20%	Hierro 2%

\*Los porcentajes de Valores Diarios están basados en una dieta de 2000 calorías.

## Funcional, libre de lactosa

El carbohidrato de la leche se llama Lactosa. Los humanos tenemos la enzima lactasa, la cual ayuda a que la lactosa pueda ser digerible fácilmente y así exista una absorción adecuada de ésta.

Sin embargo, para algunas personas consumir leche y sus derivados causa molestias como cólicos, sensación de llenura, gases y diarrea, debido a que las cantidades de la enzima no son suficientes para una adecuada digestión. Ésto puede ser tratado si se consumen lácteos moderadamente o para no privarse de los beneficios de la leche en general, ingiera leche y/o yogures deslactosados.

COLANTA®, pensando en la salud de los consumidores ofrece el Yogur FIBRA DIGESTY® deslactosado, semidescremado, libre de lactosa, alto en fibra, reducido en azúcares, rico en calcio y fuente de proteína como una excelente opción para la mejor digestión.



## ¿Qué son los PROBIÓTICOS?

El término deriva de las palabras griegas "para la vida", y son "Microorganismos vivos que, al ser ingeridos en cantidades adecuadas, le confieren beneficios de salud al anfitrión" FAO/WHO 2001 (Organización de Alimentos y Agricultura).

Ejemplo de un probiótico: *Bifidobacterium animalis subsp. Lactis BB-12®* agregado al Yogur FIBRA DIGESTY® deslactosado COLANTA®.

## ¿Cómo funcionan los probióticos?

- ✓ Equilibrio Gastro-Intestinal
- ✓ Modulación Inmunológica (promueven el ataque contra células malignas).

## Factores que afectan el equilibrio de la microflora intestinal humana

- ✓ Enfermedades.
- ✓ Estrés.
- ✓ Cambios en la dieta.
- ✓ Edad.
- ✓ Consumo de antibióticos.
- ✓ Consumo de probióticos en exceso.

## ¿Cuántas clases de fibra existen?

### ✓ Fibra soluble:

Su función es retener agua en el tubo digestivo, además ayuda en el metabolismo de los carbohidratos (CHO's) y las grasas, por este motivo su consumo es muy importante en personas diabéticas o con enfermedades del corazón.

### Las principales fuentes de esta clase de fibra son:

Manzanas, naranjas, mandarinas, fresas, zanahorias, avena y leguminosas (frijol, lenteja, garbanzo, arveja y soya).



### ✓ Fibra no soluble o insoluble:

Su principal función es aumentar el volumen de la materia fecal y promover el movimiento intestinal evitando el estreñimiento.

### Sus principales fuentes son:

El salvado de trigo, avena en hojuelas, las harinas integrales, cereales para desayuno y las cáscaras de frutas y verduras.

