

# ZinoBiotic

ZinoBiotic is een op maat gemaakte mix van 5 natuurlijke dieetvezels<sup>1</sup>. Deze vezels worden gemetaboliseerd in het colon (dikke darm) waar ze de groei van gezonde bacteriën ondersteunen.

ZinoBiotic helpt pieken in de bloedsuikerspiegel na de maaltijd<sup>2</sup> verminderen en goede cholesterolgehalten te behouden<sup>3</sup>. De vezels bevorderen vele gezonde darmfuncties, met inbegrip van regelmaat<sup>4</sup>, een voldaan gevoel en een minder opgeblazen gevoel.



## Belangrijkste voordelen:

- ✓ Mix van voedingsvezels <sup>1</sup>
- ✓ Darmgezondheid
- ✓ Evenwichtig cholesterol <sup>3</sup>
- ✓ Vermindering van pieken in bloedsuikerspiegel na maaltijden <sup>2</sup>
- ✓ Gezonde darmfuncties en regelmatigheid <sup>4</sup>
- ✓ Evenwichtige microbiom
- ✓ Darmreiniging <sup>5</sup>

# ZinoBiotic vezelmix

## DIEET VEZELS

Andere producten bevatten meestal slechts één of twee vezels, een strategie die niet voldoende is voor je dagelijkse behoefte. Zinobiotic bevat aanzienlijke hoeveelheden van vijf oplosbare dieetvezels<sup>1</sup>. Deze aanpak garandeert voordelen voor de hele dikke darm. Spijsvertering resistent zetmeel, inuline, bèta-glucaan van haver, fructo-oligosaccharide (FOS) en psyllium zijn in de dikke darm gefermenteerd en gericht op verschillende functies van de darm. Bijvoorbeeld het resistente zetmeel zal bijdragen tot de vermindering van de anders normale stijging van de bloedsuikerspiegel na de maaltijd<sup>2</sup>.

## DARMGEZONDHEID

De vezels in ZinoBiotic stimuleren de groei van goede bacteriën in de dikke darm. Er zijn meer dan 100 triljoen bacteriën in de menselijke darm en terwijl sommige goed zijn voor onze gezondheid, zijn andere minder wenselijk. De goede bacteriën gebruiken dieetvezels als hun brandstof, zodat ze zich kunnen ontdoen van minder gewenste bacteriën. De goede bacteriën dragen bij aan vele belangrijke lichaamsfuncties, zoals het inrichten van ons immuunsysteem. Ze zijn ook gekoppeld aan een beter humeur, uithoudingsvermogen en gezondheid in het algemeen. Gezonde darmen zijn essentieel voor een gezond lichaam.

De vezels in ZinoBiotic dragen ook bij aan een gevoel van volaantheid in de maag (wat kan helpen de eetlust onder controle te houden), terwijl ze tegelijkertijd ook een opgeblazen gevoel verminderen door verbetering van de regelmaat<sup>4</sup>. Er kan een korte periode van aanpassing zijn terwijl de vezels beginnen met het verbeteren van de bacteriële bevolking, maar deze periode is kort en een stap op weg naar een betere gezondheid.

## NORMAAL CHOLESTEROLGEHALTE

Eén van de vijf vezels is beta glucaan van haver. Dit heeft een wetenschappelijk goedgekeurde functie bij het handhaven van een normaal bloedcholesterol<sup>2</sup>.

## WELKE VEZELS?

ZinoBiotic is een geconcentreerde mix van 5 dieetvezels: spijsverterings-resistent zetmeel uit volle granen, inulien van witlofwortel, beta-glucaan uit haver en fructo-oligosaccharide (FOS) ook uit cichoreiwortel en psyllium. Wij hebben precies dezelfde dieetvezels toegevoegd in de LeanShake, waardoor u twee verschillende manieren krijgt om gezonde vezels in uw dieet toe te voegen<sup>2</sup>. Het combineren van Leanshake en ZinoBiotic werkt ook goed.

### VOEDINGSWAARDE

Hoeveelheid per portie	1 bolletje, 6 g
Resistent zetmeel	2,4 g
1,3/1,6 beta glucaan uit haver	0,8 g
Inuline	0,7 g
Fructooligosaccharides	0,3 g

### INGREDIËNTEN:

Resistent zetmeel (uit volle granen), beta-glucaan van haver, fructooligosaccharides, inuline, psylliumpoeder, vulstoffen (xanthaangom E415), antiklontermiddel (tricalsium fosfaat E341), natuurlijke zoetstof (steviol glycosiden E960)

# ZinoBiotic 180 g vezelmix

**AANBEVOLEN DAGELIJKSE DOSIS:** meng 6 g (1 bolletje) poeder met 50-100 ml water in een shaker of meng met een drankje van uw keuze (bijvoorbeeld water of sap in een shaker). Als u ZinoBiotic mengt met LeanShake of een smoothie, voeg dan extra vloeistof toe (naar smaak). Het product kan 1 - 2 keer per dag worden gebruikt volgens of naar uw behoeften.

**WATER:** Extra vloeistof drinken wordt sterk aanbevolen wanneer u dieetvezels consumeert. Water voorkomt dat de ontlasting een beetje te stevig wordt.

**BEWAARADVIES:** Bewaar het product droog en koel met het deksel erop.



**OPMERKING:** Aanbevolen dagelijkse dosering mag niet worden overschreden. Voedingssupplementen zijn geen vervanging van een gevarieerde voeding. Zwangere vrouwen en kinderen onder 1 jaar moeten overleggen met de arts vóór gebruik.

\* Bevestigd door de EFSA (de Europese Autoriteit voor Voedselveiligheid)

## FAQ ZinoBiotic

### Waarom zou ik ZinoBiotic vezelmix nemen?

Gezondheidswetenschappers zijn het erover eens dat we onze dagelijkse vezelinname moeten vergroten. ZinoBiotic biedt een mix van dieetvezels die als brandstof dienen voor de nuttige bacteriën in onze dikke darm zodat ze groeien en ongewenste bacteriën vervangen. Dit brengt onze microbiom in evenwicht.

### Kan ik ZinoBiotic vezelmix en LeanShake samen nemen?

Ja. U kunt beide producten samen nemen in dezelfde maaltijd of afzonderlijk op verschillende tijdstippen gedurende de dag, als u dat liever heeft. De dieetvezels in ZinoBiotic zijn dezelfde als die in de LeanShake. In één portie van 60 g LeanShake krijgt u 3 g dieetvezels, d.w.z. de helft van de dosis in ZinoBiotic, die gunstig zijn voor de bacteriën in de dikke darm.

### Is er iemand die het ZinoBiotic vezelmix niet mag nemen?

Het is raadzaam dat mensen met maaggerelateerde problemen beginnen met kleine doseringen en deze langzaam verhogen, zodat de microbiom de tijd heeft zich aan te passen.

### Wat voor soort symptomen kan ik krijgen als ik ZinoBiotic vezelmix gebruik?

Symptomen kunnen verhoogde fecale bulk, gerommel en geluiden zijn. Een verhoogd gasniveau kan ook worden ervaren met een dieetvezelinname, maar in de meeste gevallen duurt dit slechts een korte periode. Sommige mensen ervaren ook een milde constipatie. Hiervoor en voor andere symptomen is het belangrijk om goed te letten op uw waterverbruik door extra water toe te voegen aan uw dieet. Dit wordt in het algemeen aanbevolen wanneer u een vorm van dieetvezels consumeert.

# ZinoBiotic vezelmix

## GOEDGEKEURDE CLAIMS DOOR EFSA (DE EUROPESE AUTORITEIT VOOR VOEDSELVEILIGHEID)

1. Een claim dat een levensmiddel vezelrijk is, en elke andere claim die waarschijnlijk dezelfde betekenis heeft voor de consument, mag alleen worden gedaan als het product ten minste 6 g vezel per 100 g of ten minste 3 g vezel per 100 kcal bevat.

2. Vervanging van verteerbaar zetmeel door resistent zetmeel in een maaltijd draagt bij tot vermindering in de stijging van de bloedglucose na die maaltijd. De claim mag alleen worden gebruikt voor levensmiddelen waarin verteerbaar zetmeel is vervangen door resistent zetmeel zodat de uiteindelijke inhoud van het resistente zetmeel ten minste 14% van de totale zetmeel is.

3. Beta-glucanen dragen bij aan de instandhouding van normale bloedcholesterolgehalten. De claim mag alleen worden gebruikt voor levensmiddelen die ten minste 1 g beta-glucanen bevatten van haverzemelen, gerst, haver, gerstzemelen of uit mengsels van deze bronnen per ge

kwantificeerde portie. Om de claim te mogen voeren, moet informatie worden verstrekt aan de consument dat het gunstige effect wordt verkregen met een dagelijkse inname van 3 gram beta-glucanen in het dieet van haverzemelen, gerst, haver, gerstzemelen of uit mengsels van deze beta-glucanen.

4. Havervezel draagt bij tot een toename van fecale bulk.

De claim mag alleen worden gebruikt voor voedsel dat een hoog vezelgehalte heeft, zoals bedoeld in de claim VEZELRIJK zoals vermeld in de bijlage bij verordening (EG) nr. 1924/2006.

5. Havervezel draagt bij tot een toename van fecale bulk.

De claim mag alleen worden gebruikt voor voedsel dat een hoog vezelgehalte heeft, zoals bedoeld in de claim VEZELRIJK zoals vermeld in de bijlage bij verordening (EG) nr. 1924/2006.

