

# ZinoBiotic

ZinoBiotic jest specjalnie opracowaną mieszanką 5 naturalnych błonników pokarmowych<sup>1</sup>. Błonniki te są metabolizowane w okrężnicy (jelito grube), gdzie wspierają rozwój zdrowych bakterii.

ZinoBiotic pomaga zmniejszyć skoki stężenia cukru we krwi po posiłku<sup>2</sup> i utrzymać odpowiedni poziom cholesterolu<sup>3</sup>. Błonniki wspierają wiele funkcji jelit, włączając w to regularność działania<sup>4</sup>, poczucie pełności i ograniczenie wzdęć.



## Kluczowe korzyści:

- ✓ Mieszanka błonnika pokarmowego<sup>1</sup>
- ✓ Zdrowe jelita
- ✓ Zrównoważony poziom cholesterolu<sup>3</sup>
- ✓ Zmniejszenie skoków stężenia cukru we krwi po posiłkach<sup>2</sup>
- ✓ Prawidłowa i regularna praca jelit<sup>4</sup>
- ✓ Zrównoważony mikrobiom
- ✓ Oczyszczone jelito grube<sup>5</sup>

# Mieszanka błonników ZinoBiotic

## BŁONNIKI POKARMOWE

Inne produkty zawierają zazwyczaj jeden lub dwa rodzaje błonnika, które nie są wystarczające do zaspokojenia dziennego zapotrzebowania. Zinobiotic zawiera znaczne ilości pięciu rodzajów rozpuszczalnego błonnika pokarmowego<sup>1</sup>. To zapewnia korzyści dla całego jelita grubego. Skrobia o podwyższonej odporności, inulina, beta glukan z owsa, fruktooligosacharydy (FOS) i łupiny nasion babki płesznik są fermentowane w okrężnicy i ukierunkowane na kilka funkcji jelitowych, na przykład skrobia przyczynia się do zmniejszenia wzrostu cukru we krwi po posiłkach<sup>2</sup>.

## ZDROWE JELITA

Błonnik zawarty w preparacie ZinoBiotic stymuluje rozwój dobrych bakterii w jelicie grubym. W jelicie grubym człowieka występuje ponad 100 trylionów bakterii – niektóre z nich są dobre dla zdrowia, inne wręcz odwrotnie. Dobre bakterie traktują błonnik pokarmowy jak swoje paliwo, dzięki któremu przerastają i wypierają inne niepożądane bakterie. Dobre bakterie przyczyniają się do wielu ważnych funkcji organizmu, takich jak kształtowanie układu odpornościowego. Są one również powiązane z lepszym nastrojem, zwiększoną wytrzymałością i ogólnym lepszym stanem zdrowia. Zdrowe jelita są niezbędne dla zdrowego ciała.

Błonnik zawarty w preparacie ZinoBiotic przyczynia się także do odczuwania sytości (pomocne w kontroli apetytu), a jednocześnie redukuje wzdęcia i zapewniają regularne funkcjonowanie jelit<sup>4</sup>. Gdy błonnik zacznie wpływać na populację bakterii może wystąpić krótki okres adaptacyjny, ale jest to chwilowa i przemijająca niedogodność w drodze do lepszego zdrowia.

## PRAWIDŁOWY POZIOM CHOLESTEROLU

Jednym z pięciu błonników w preparacie jest beta glukan pozyskiwany z owsa. Odgrywa on naukowo potwierdzoną funkcję w utrzymaniu prawidłowego poziomu cholesterolu we krwi<sup>2</sup>.

## KTÓRE BŁONNIKI?

Preparat Zinobiotic to skoncentrowana mieszanka pięciu błonników pokarmowych: skrobi opornej pozyskiwanej z pełnych ziaren, inuliny z korzenia cykorii, beta glukanu z owsa i fruktooligosacharydów (FOS) pozyskiwanych również z korzenia cykorii, a także babki płesznik. Te same błonnik pokarmowe dodaliśmy do preparatu LeanShake, tym samym umożliwiając wprowadzenie zdrowego błonnika do diety na dwa różne sposoby<sup>2</sup>. Połączenie przyjmowania preparatów LeanShake i ZinoBiotic również daje dobre efekty.

### WARTOŚCI ODŻYWCZE

| Ilość na porcję      | 1 miarka, 6 g |
|----------------------|---------------|
| Skrobia oporna       | 2,4 g         |
| Beta glukan z owsa   | 0,8 g         |
| Inulina              | 0,7 g         |
| Fruktooligosacharydy | 0,3 g         |

### SKŁADNIKI:

Skrobia oporna (pozyskiwana z pełnych ziaren), beta glukan z owsa, inulina, fruktooligosacharydy, sproszkowane łupiny nasion babki płesznik, substancja wypełniająca (guma ksantanowa E415), środek przeciwzbrylający (fosforan trójwapniowy E341), naturalny słodzik (glikozydy stewiolowe E960)

# ZinoBiotic 180 g Mieszanka błonników

**ZAŁECANA DZIENNA DAWKA:** Wymieszać 6 g (1 miarka) proszku z 50-100 ml wody w shakerze lub wymieszać z wybranym napojem (np. wodą lub sokiem w shakerze). Jeżeli Zinobiotic jest mieszany z preparatem LeanShake lub smoothie, dodaj wybrany napój zgodnie z upodobaniami. Produkt może być używany 1-4 razy dziennie w zależności od potrzeb.

**WODA:** Podczas przyjmowania błonników pokarmowych niezbędne jest picie dodatkowych ilości płynów. Picie wody zapobiega występowaniu zaparć.

**PRZECHOWYWANIE:** Przechowywać produkt w zamkniętym opakowaniu w suchym i chłodnym miejscu.



**UWAGA:** Nie należy przekraczać dziennej zalecanej dawki. Suplementy diety nie zastępują zróżnicowanej diety. Przed rozpoczęciem przyjmowania preparatu przez kobiety w ciąży i dzieci do 1 roku życia należy skonsultować się z lekarzem. \*

Potwierdzone przez EFSA (Europejski Urząd ds. Bezpieczeństwa Żywności)

## Często zadawane pytania Zinobiotic

### Dlaczego powinno się stosować mieszankę błonników ZinoBiotic?

Naukowcy zgadzają się, że powinniśmy zwiększyć przyjmowanie błonnika pokarmowego. ZinoBiotic dostarcza mieszanki błonników pokarmowych, które działają jak paliwo dla dobrych bakterii w jelicie grubym, mnożąc się i wypierając inne niechciane bakterie. Równowazy to mikrobiom organizmu.

### Czy można stosować równocześnie mieszankę błonników ZinoBiotic i LeanShake?

Tak. Można stosować oba produkty w tym samym czasie podczas posiłku lub przyjmować je osobno w różnych porach w ciągu dnia, zależnie od preferencji. Błonnik spożywczy w preparacie ZinoBiotic są takie same jak te zawarte w LeanShake. W jednej porcji LeanShake (60 g) znajdują się 3 g błonników pokarmowych, czyli połowa dawki zawartej w preparacie Zinobiotic, która jest korzystna dla bakterii znajdujących się w jelicie grubym.

### Czy istnieją jakieś przeciwwskazania do przyjmowania mieszanki błonników ZinoBiotic?

Zalecane jest, aby osoby z problemami żołądkowymi zaczęły stosowanie preparatu od małych dawek i stopniowo je zwiększały, pozwalając na dostosowanie się mikrobiomu organizmu.

### Jakie objawy mogą wystąpić podczas stosowania mieszanki błonników ZinoBiotic?

Objawami mogą być wzmożone wypróżnianie i odgłosy żołądkowe. Z przyjmowaniem błonnika pokarmowego może się też wiązać nadmiar gazów jelitowych, ale w większości przypadków taki stan nie trwa długo. Niektórzy ludzie doświadczają również łagodnych zaparć. Z powodu wyżej wymienionych objawów należy zadbać o zwiększone przyjmowanie wody w diecie. Jest to ogólne zalecenie dotyczące przyjmowania jakichkolwiek błonników pokarmowych.

# Mieszaka błonników ZinoBiotic

**OŚWIADCZENIA ZDROWOTNE EFSA**(EUROPEJSKI  
URZĄD DS. BEZPIECZEŃSTWA ŻYWNOŚCI)

1. Żywność bogata w błonnik rozumiana jest jako żywność, która zawiera co najmniej 6 g błonnika na 100 g lub co najmniej 3 g błonnika na 100 kcal.

2. Zastąpienie skrobi przyswajalnej skrobią oporną w posiłku przyczynia się do zmniejszenia wzrostu poziomu glukozy we krwi po tym posiłku. Dotyczy to żywności, w której skrobię przyswajalną zastąpiono skrobią oporną w takiej ilości, że skrobia oporna stanowi przynajmniej 14% skrobi w danej żywności.

3. Beta glukany pomagają utrzymać prawidłowy poziom cholesterolu we krwi. Dotyczy to żywności, która zawiera co najmniej 1 g beta glukanów pochodzących z owsa, otrębów owsianych, jęczmienia, otrębów jęczmiennych lub mieszanek powyższych składników na określonej ilościowo porcję. Korzystne działanie uzyskuje się przy dziennym spożyciu beta glu-

kanów pochodzących z owsa, otrębów owsianych, jęczmienia, otrębów jęczmiennych lub mieszanek wymienionych beta glukanów wynoszącym 3 g.

4. Błonnik pochodzący z ziarna owsa pomaga zwiększyć masę stolca. Dotyczy to żywności, która jest źródłem tego błonnika wymienionej w dokumencie BOGATE W BŁONNIK, który znajduje się w załączniku do rozporządzenia (WE) nr 1924/2006.

5. Błonnik pochodzący z ziarna owsa pomaga zwiększyć masę stolca. Dotyczy to żywności, która jest źródłem tego błonnika wymienionej w dokumencie BOGATE W BŁONNIK, który znajduje się w załączniku do rozporządzenia (WE) nr 1924/2006.

