

## FICHA TÉCNICA DE PRODUTO

# OptiFibre®

## Alimento para fins medicinais específicos

Fibra solúvel 100% de origem vegetal (Goma Guar parcialmente hidrolisada)

SABOR NEUTRO



1 | Documentação destinada exclusivamente a profissionais de saúde e parceiros comerciais.

Março 2019

# OptiFibre®

**Alimento para fins medicinais específicos** para a gestão nutricional de pacientes com distúrbios funcionais do cólon, nomeadamente de reabsorção/ excreção decorrentes de obstipação. Fibra solúvel 100% de origem vegetal (Goma Guar parcialmente hidrolisada)

## COMPOSIÇÃO QUANTITATIVA

Informação nutricional		Por 100g	Por 5g*
Energia	kJ/kcal	816/202	41/10
Lípidos	g	0	0
- Dos quais saturados	g	0	0
Hidratas de carbono	g	6,0	0,30
- Dos quais açúcares	g	6,0	0,30
Fibra	g	86	4,3
Proteína	g	<1,5	<0,075
Sal (=Na(g) x 2,5)	g	<0,50	<0,050

## COMPOSIÇÃO QUALITATIVA

**Ingredientes:** Goma guar parcialmente hidrolisada. Pode conter leite. Sem glúten. Sem corantes, aromatizantes nem conservantes.

*Encontram-se sublinhados as substâncias que podem provocar alergias e intolerâncias*

## APRESENTAÇÃO E CÓDIGOS

Sabor	Apresentação	CNP	Artigo
Neutro	Lata de 250g	6264788	12382629

2 | Documentação destinada exclusivamente a profissionais de saúde e parceiros comerciais.

Março 2019

### DOSE RECOMENDADA

A **dose diária recomendada** é de 5-25 g ou a dose recomendada pelo seu profissional de saúde. Recomenda-se o aumento gradual da dose sem exceder a dose máxima recomendada (25g).

Começar com uma **colher medida (5g)** por dia e se necessário aumentar gradualmente a dose diária:

Dias	Colheres Medida
1º ao 3º dia	1 colher medida / dia
4º ao 6º dia	2 colheres medida / dia
7º ao 9º dia	3 colheres medida / dia
a partir do 10º dia	Se necessário, aumentar 1 colher medida a cada 3 dias até a um máximo de 5 colheres medida / dia

### PREPARAÇÃO

**Optifibre®** é fácil de incluir na dieta. Graças ao sabor neutro e a sua fácil dissolução é muito versátil e pode ser adicionado a bebidas ou alimentos, frios ou quentes, sem alterar o sabor, a textura e o odor.

#### **Fácil de preparar:**

- Em líquidos, adicionar 1 colher medida (5g) em 200ml de líquido.
- Em sólidos, misturar o pó em 150g de alimento.
- Mexer até à completa dissolução do pó.
- Para uma correta dissolução, não utilizar em bebidas gaseificadas.

### MODO DE USO E CONSERVAÇÃO

Uma vez aberto, o produto deve ser utilizado no máximo em 4 semanas. Uma vez preparado o produto, conservar tapado e consumir no máximo dentro de 6 horas à temperatura ambiente ou refrigerado no máximo 24 horas.

Descartar qualquer produto preparado com líquidos quentes ou aquecidos e que não tenha sido consumido na totalidade.

3 | Documentação destinada exclusivamente a profissionais de saúde e parceiros comerciais.

Março 2019

## OUTRAS CARACTERÍSTICAS:

**Optifibre®** é uma fibra solúvel 100% de origem vegetal (Goma Guar parcialmente hidrolisada) que ajuda a obter o aporte diário necessário de fibra\*.

- A Goma Guar, depois de um processo de hidrólise, decompõe-se em partículas mais pequenas diminuindo assim a sua viscosidade e permitindo uma melhor dissolução e menor impacto na textura dos alimentos aos quais é adicionada.

- Indicado para indivíduos que:

- De forma frequente e recorrente apresentam problemas de regulação do trânsito intestinal (episódios de obstipação/diarreia);
- De forma ocasional (férias, viagens, stress...) surgem problemas de desregulação do trânsito intestinal (episódios de obstipação/diarreia).

- Sabor neutro

- Sem glúten

- Fácil dissolução

- Adequado para grávidas

\* Organização Mundial de Saúde recomenda um consumo diário de pelo menos 25g de fibra.

## PRECAUÇÕES

- Recomendado apenas para maiores de 3 anos.

É importante seguir uma dieta variada e equilibrada acompanhada da prática de exercício físico.

Descubra mais em:

[www.nestlehealthscience.pt](http://www.nestlehealthscience.pt)



**Nestlé Portugal, Unipessoal, Lda**  
**Rua Alexandre Herculano, 8**  
**2799-554 Linda-a-Velha,**  
**Portugal**