



ASSESSORIA EM COMUNICAÇÃO

## DIETA DE BAIXA CALORIA EXIGE MAIOR ATENÇÃO COM A INGESTÃO DE NUTRIENTES

***Uma dieta com poucas calorias não deve ser sinônimo de uma alimentação pobre em nutrientes, então, para perder os quilos extras sem prejudicar a saúde do organismo, uma dica é apostar em alimentos considerados nutritivos, que garantam as doses diárias de vitaminas e minerais recomendadas***



Em dietas de baixa caloria, a diminuição do consumo de alimentos nutritivos e que beneficiam o organismo podem ser um agravante. Para evitar a perda de vitaminas e nutrientes essenciais para um organismo saudável é necessário fortalecer o cardápio diário. Assim, buscar opções que sejam ricas em nutrientes é essencial.

**SupraSoy Light**, por exemplo, é uma alternativa de complemento às dietas e que, somada aos cardápios menos calóricas, garante nutrientes extras ao organismo. Feito com a proteína isolada da soja, SupraSoy Light possui reduzidos teores de gordura e colesterol e ainda oferece benefícios nutricionais importantes para os consumidores. SupraSoy Light é rico em vitamina A, B12 e

D, além de ser fonte de Cálcio, Fósforo, Vitamina B2, e é isento de açúcar (sacarose).

Além de versátil por ser ingrediente para compor diversas receitas, o SupraSoy proporciona os benefícios da proteína da soja e é uma excelente opção para quem procura uma alimentação com alto valor nutricional e busca seguir um estilo de vida mais saudável. Para cada porção de 20g de SupraSoy Light, o corpo recebe 5,7g de proteína de soja e apenas 71 calorias.

### **Sobre SupraSoy**

**SupraSoy** é uma linha de alimentos em pó à base de soja com alto valor nutricional, e tem por objetivo proporcionar muita saúde às pessoas de uma forma fácil e gostosa, melhorando os hábitos alimentares. Feito com a proteína isolada da soja, SupraSoy é rico em vitaminas e nutrientes. Para compor receitas diversas está disponível em oito sabores: *Sem Lactose Original, Banana, Iogurte, Chocolate, Fibras, Sem Lactose Original Light, Chocolate Light e Fibras Light*. Com diferencial em sabor, **SupraSoy** garante uma alimentação saudável e ajuda a reduzir os níveis de colesterol, além de oferecer os benefícios nutricionais da proteína da soja, como a proteção contra doenças cardíacas, a redução dos sintomas da menopausa, a prevenção da osteoporose, do câncer de mama e de próstata. [www.suprasoy.com.br](http://www.suprasoy.com.br)