



ALIMENTOS COM FIBRAS PODEM ACABAR COM OS INCÔMODOS DA PRISÃO DE VENTRE

SupraSoy está entre os alimentos em pó à base de soja, rico em fibras, que podem complementar os cardápios e prevenir os problemas intestinais



Mau humor, inchaço da barriga, cólicas intestinais e dificuldade para evacuar. Estes sintomas podem ser indícios da constipação intestinal, conhecida como prisão de ventre ou intestino preso. Embora tenham outras causas, os incômodos intestinais podem estar diretamente relacionados à alimentação e, por isso, as dietas inadequadas se tornam vilãs. Um cardápio com poucas fibras ou rico em gorduras, alimentos açucarados ou processados pode ser a causa do intestino constipado.

Para prevenir e aliviar problemas intestinais, um nutriente importante a inserir no consumo diário são as fibras. No mercado, alimentos ricos em fibras, vitaminas e outros nutrientes são encontrados em diversas versões. Para facilitar a inserção no dia a dia e enriquecer a alimentação com os nutrientes necessários,

inclusive as fibras, o **SupraSoy com Fibras** ou **SupraSoy com Fibras Light** (foto) estão entre as opções.

Feito com a proteína isolada da soja, **SupraSoy** é um alimento em pó com alto valor nutricional, rico em vitaminas A, B12 D, Ferro, Fósforo e Fibras; além de ser fonte de Cálcio, Cobre e Zinco. Seu consumo garante a alimentação saudável e auxilia para o bom funcionamento do organismo. É também um alimento em pó versátil e pode compor diversos tipos de receitas – sobremesas, tortas, bolos, doces, pratos principais, outros – é ideal para quem quer seguir hábitos de alimentação saudáveis e inserir todos os benefícios da soja no consumo diário.

Com o consumo de alimentos fibrosos, as pessoas com tendência a desenvolver a prisão de ventre podem ter um melhor trânsito intestinal e evitar males intestinais. Além disso, o bom funcionamento do intestino reflete na saúde da pele, das unhas e dos cabelos. Ou seja, uma alimentação equilibrada e adequada contribui para a beleza exterior e para o bem estar de todo o organismo.

Sobre a linha de produtos 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 A, B12 D, Ferro, Fósforo e Fibras, é também fonte de Cálcio, Cobre e Zinco.

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