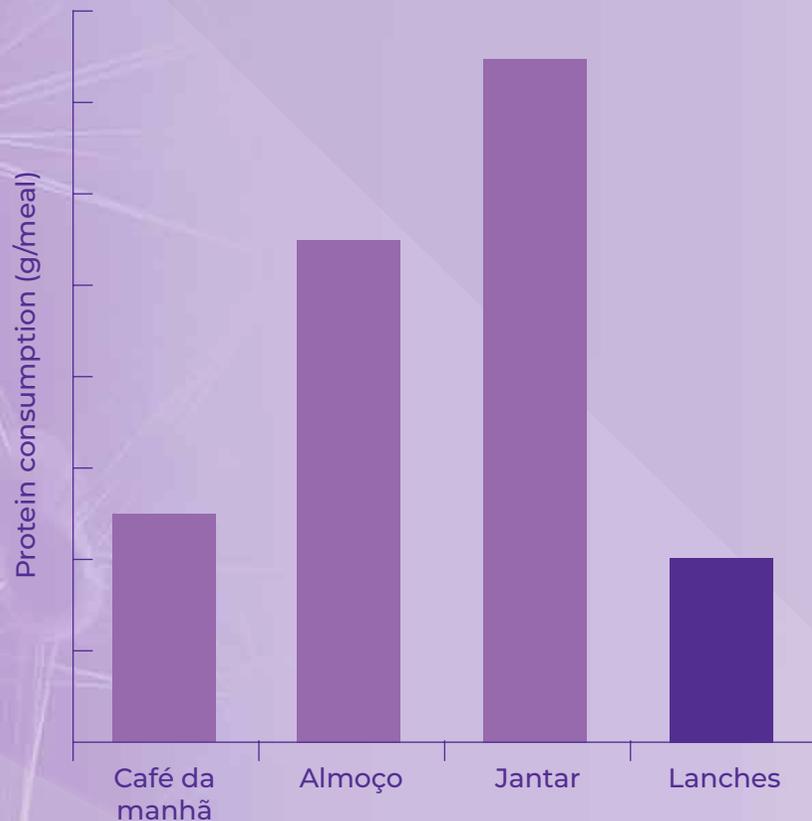


TODO CARINHO QUE VOCÊ RECEBEU ONTEM PODE DURAR POR HOJE E AMANHÃ.



Modelo de distribuição de consumo proteico por refeição em adultos (≥ 19 anos) nos EUA



Adaptado de: Paddon-Jones, D. et al. 2015

O consumo proteico e energético de idosos brasileiros é insuficiente^{3,4}

- ✓ Estudo epidemiológico mostrou **inadequação de consumo proteico em 64,3% dos idosos**³
- ✓ Outro estudo feito exclusivamente com idosos constatou que o **consumo médio diário de leite e derivados está abaixo das porções recomendadas**⁴
- ✓ Houve também **consumo médio insuficiente do grupo de alimentos energéticos**. O consumo insuficiente pode contribuir para o risco de **desnutrição**⁴

PROTEÍNA COMO SUBSTRATO PARA CONTRIBUIR NA PREVENÇÃO

E TRATAMENTO NUTRICIONAL DO PACIENTE COM SARCOPENIA
DEVIDO À FRAGILIDADE.¹

O consumo adequado de proteína, em associação com atividade física, pode contribuir para **prevenir ou retardar o avanço da sarcopenia** em pacientes frágeis¹



1. Consumir habitualmente 25-30g de proteína no café da manhã, almoço e jantar



2. Incluir maior variedade de proteínas de alta qualidade em cada uma das refeições



3. Incluir a prática de atividade física em horários próximos ao de refeições com maior aporte proteico

QUAL A QUANTIDADE DE PROTEÍNA

NECESSÁRIA PARA PACIENTES EM RISCO DE FRAGILIDADE?^{1,2}



O consumo de 25-30g de proteína por refeição estimula anabolismo proteico e pode retardar o avanço da sarcopenia^{1,2}



A quantidade de proteína distribuída igualmente em refeições é mais efetiva quando comparada ao consumo desigual ao longo do dia^{1,2}



Em idosos, a ingestão de proteína na forma de suplemento resulta em aumento da concentração plasmática pós-prandial quando comparada com a mesma quantidade de proteína ingerida na forma sólida¹

O aumento da ingestão energética e proteica contribui para recuperação de peso e redução da mortalidade associada à síndrome de fragilidade^{1,5,6}

NUTRIDRINK, o suplemento com todos os nutrientes que contribui na recuperação da força para aproveitar ao máximo a vida^{5,6}

CONTÉM MIX DE PROTEÍNAS COM ALTO VALOR BIOLÓGICO

A ingestão de quantidade adequada de proteína contribui para:^{5,10}

- aumento de massa muscular
- redução de complicações
- ganho de força

CONTÉM VITAMINA D

Em pacientes frágeis, com deficiência de vitamina D, a suplementação contribui para:

- redução de quedas e fraturas^{5,8,9}

RECOMENDAÇÃO DE USO.*

18g

de proteína



1-3 unidades por dia

PRONTO PARA BEBER

3 COLHERES DE SOPA POR REFEIÇÃO

2x ao dia



* Conforme necessidade calórica e proteica do paciente.

DANONE

Nutridrink

FORÇA E ENERGIA PARA **APROVEITAR AO MÁXIMO A VIDA**



Referências: 1. Paddon-Jones, et al. Protein and Health ageing. Am J Clin Nutr 2015;101(Suppl):1339S–45S. 2. Breen, L; Phillips, S.M. Skeletal muscle protein metabolism in the elderly: Interventions to counteract the 'anabolic resistance' of ageing. Nutrition & Metabolism 2011, 8:68. 3. Lopes, A.C.S et al. Consumo de nutrientes em adultos e idosos em estudo de base populacional: Projeto Bambuí. Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, 21(4):1201-1209, jul-ago, 2005. 4. Malta, M.B. et al. Avaliação da alimentação de idosos de município paulista – aplicação do Índice de Alimentação Saudável. Ciência & Saúde Coletiva, 18(2):377-384, 2013. 5. Morley, J. et al. Frailty Consensus: a call to action. J Am Med Dir Assoc 2013, June ; 14(6): 392–397. 6. Morante, J.J.H. et al. Dietary Factors Associated with Frailty in Old Adults: A Review of Nutritional Interventions to Prevent Frailty Development. Nutrients 2019, 11, 102. 7. Nieuwenhuizen, W F. et al. Older adults and patients in need of nutritional support: Review of current treatment options and factors influencing nutritional intake. Clinical Nutrition 29 (2010) 160–169. 8. Silva, S.M. e Mura, J.D.P. Tratado de alimentação, nutrição e dietoterapia. Ed. Roca, 2007. 9. Mahan, L.M., Escott-Stump, S. Krause's Food & Nutrition Therapy. 12 edição. Ed. Saunders, 2008. 10. Paddon, J et al. Dietary recommendations and the prevention of sarcopenia: Protein, amino acid metabolism and therapy. Curr Nutr Metab Care 2009; 12(1) 86-90.

OS PRODUTOS CITADOS NÃO CONTÊM GLÚTEN.

Material destinado exclusivamente para profissionais de saúde. Proibida distribuição/reprodução total e/ou parcial.

Imagens ilustrativas.
Abril/2020

**CENTRAL DE
RELACIONAMENTO
0800 551 404**

sac@danonenutricia.com.br



NUTRICIA
LIFE-TRANSFORMING NUTRITION