

# **МЕДИКО-БИОЛОГИЧНИ ХАРАКТЕРИСТИИ И ДОСТОЙНСТВА НА ХРАНА НА ПРАХ „ВЕГА ПЛЮС“**

(със съкращения)



Автор: проф. д-р ДОНКА БАЙКОВА, дм  
Специалист по хранене и диететика  
МЦ „МАРКОВС“

## **АКТУАЛНОСТ И ЗДРАВНО-СОЦИАЛНА ЗНАЧИМОСТ НА ИНОВАТИВНО- ФОРМУЛИРАНАТА ХРАНА НА ПРАХ „ВЕГА ПЛЮС“**

Безспорен научен факт е, че храната е един от най-мощните фактори за поддържане на добро здраве, предпазване от болести и благоприятно протичане на оздравителни процеси след боледуване и/или травми и хирургични интервенции. През последните декади, за балансиране на здравословното хранене на привикналия към бързо хранене, подложения на стрес и заседнал начин на живот наш съвременник, се включиха хранителни добавки, функционални и иновативно формулирани храни. Биологично-активните вещества в състава им притежават: антиоксидантни свойства за справяне с неблагоприятните здравни рискове от действията на свободните радикали; подобряват имунната защита; имат кардиопротективни, антиканцерогенни и противовъзпалителни ефекти; подкрепят функциите на определени органи и системи в човешкия организъм.

## **СЪЩНОСТ НА НОВАТА ХРАНА „ВЕГА ПЛЮС“ НА ПРАХ**

*Вега плюс* е оригинална хранителна композиция от 29 рецептурни ингредиенти - източници на ценни растителни протеини (37%), комплексни въглехидрати (13%) и минимално количество мазнини (4,9%) и редица макро- и микронутриенти и натурални субстанции с висока биологична активност, а именно:

- Белтъчни източници на растителна основа: конопено семе, оризов протеин-изолат с 80% белтъчно съдържание, хлорела;
- Ечемични стръкове на прах - обогатяват новата храна с редица антиоксиданти – хлорофил, витамини от група В, макро- и микроелементи;
- Включени са също подбрани аминокиселини: незаменимата (есенциална за човека) L-лизин, която е лимитираща (дефицитна) в повечето зърнени храни и при редица вегани; заменимите аминокиселини таурин и креатин. Тауринът участва в провеждането на

нервните импулси, успокоява сърдечния ритъм, детоксикира. Както и креатина, спомага за възстановяване на мускулната сила при умора и изтощение. При вегетарианци и вегани често се наблюдават тауринови и креатинови дефицити;

- Водноразтворими витамини – С (антиоксидант и увеличаващ устойчивостта на тъканите); от В-групата (В1, В2, В3, В5, В6, В12) – за обмяната, кръвотворенето, нервната и сърдечно-съдовата система, специално витамин В12 липсва в състава на обичайните растителни храни, суплементирането на хранителния внос при вегански модели на хранене е от изключителна важност;
- Масноразтворими витамини: А (за кожата, лигавиците, очите и репродуктивните функции), D (за кости, имунитет и мозъчни функции) и Е (антиоксидант, за хормоните и сърдечно-съдовата система);
- Минералите в състава на *Вега плюс* участват в състава на телесните течности, структурата на костната и зъбната тъкани, жлезите, кръвотворенето, регулацията на мускулния тонус, функциите на нервната система и имунитета. Това са: калций (Ca); магнезий (Mg); цинк (Zn).
- Рожков е съставка с приятен шоколадов вкус без кофеин, с високо съдържание на фибри. В подкрепа на органолептичните и медико-биологичните достойнства пък е добавена цейлонска канела (с противомикробни и антидиабетични свойства).
- Технологичните добавки (адитивите) са от натурален произход: подсладител е стевия (гликозиди от растението стевия с нулева калорийност); ароматизатор – обезмаслен какаов прах (източник на минерали и витамини и с богат антиоксидантен спектър); съгъстител – гуарова гума; емулгатор – слънчогледов лецитин (стимулатор на паметта и с антисклеротично действие)
- *Вега плюс* не съдържа ГМО, хидрогенирани мазнини (транс-мастни киселини)
- Притежава високо европейско (немско) качество, подкрепено с лабораторни анализи от авторитетни акредитирани институции.

## **НАСОКИ ЗА ПРИЛОЖЕНИЕ НА НОВАТА ФОРМУЛИРАНА ХРАНА НА ПРАХ ВЕГА ПЛЮС**

Авторското решение за хранителна формула категорично може да има претенции за причисляване на новата прахообразна храна *Вега плюс* към групата на функционалните храни. Резюмирайки представената богата хранителна и поливитаминно-полиминерална формула, биха могли да се очертаят насоките за приложение.

Новата храна Вега плюс на прах може да бъде препоръчана **ЗА**:

- Оптимизиране дисбалансите на основните хранителни вещества (белтъци, въглехидрати, мазнини) и като обогатител на обичайния хранителен модел на съвременния човек;
- Повишаване на антиоксидантната защита на организма;
- Подобряване имунната резистентност на организма;

- Активизиране на метаболизма на мазнините, въглехидратите и белтъците;
- Регулиране на кръвотворенето;
- Подпомагане на изграждането на костите, функциите на ставите и мускулатурата, включително при усилено физическо натоварване и след травми;
- Подкрепа на диетичните режими за редукция на свръхтегло и затлъстяване (ниска енергийна стойност – < 30 kcal в една мерителна лъжичка);

### **Вместо заключение**

Иновативната храна на прах Вега плюс е създадена като обогатител на обичайния хранителен модел на съвременния човек през рискови сезони на годината, в периоди на дълготраен пост, активно спортуващи лица, за подкрепа на възстановителните процеси след боледуване, при едностранчиви и/или вегетариански модели на хранене, при „рискови“ популационни групи, чиито специфични изисквания на метаболизма към храненето са повишени, при пациенти с очни, кожно-лигавични, инфекциозни, сърдечносъдови, онкологични и метаболитни проблеми, затлъстяване и диабет II тип и за превенция на хроничните неинфекциозни болести, свързани с храненето.

Пълният текст на становището на проф. Донка Байкова, дм може да прочетете на: [www.nuprovia.com/blog](http://www.nuprovia.com/blog).