

## Fos Fruttoligosaccaridi 500 g

EAN: 5055148409166 FABRICANTE: LAMBERTS



*Prebiotico naturale. Estratto dalla radice della cicoria.*

### DESCRIPCIÓN

I **frutto-oligosaccaridi (FOS)** sono un tipo di fibra solubile presente in vari ortaggi come la cicoria e le cipolle. Questo composto naturale può essere digerito solo parzialmente dall'uomo, lasciando le porzioni non digerite come cibo per i batteri "amici", le specie di bifidobatteri e lattobacilli.

Questo effetto prebiotico significa che man mano che i batteri benefici "amici" si moltiplicano, i batteri nocivi e i lieviti vengono controllati, quindi vengono prodotte meno tossine. Ciò porta ad un migliore tono intestinale, a movimenti intestinali più regolari e ad una riduzione del disagio digestivo.

La ricerca ha dimostrato che solo 2 settimane di assunzione di 8 g di FOS al giorno possono aumentare il numero di batteri intestinali benefici di 10 volte.

Molti ricercatori che lavorano in questo campo ritengono che i prodotti prebiotici siano ampiamente sottovalutati rispetto alla popolarità dei probiotici.

LAMBERTS® FOS è un prebiotico naturale estratto dalle radici di cicoria e l'inulina di cicoria contribuisce alla normale funzione intestinale aumentando la frequenza dei movimenti intestinali.

Questa polvere dolce solubile, che può essere mescolata in bevande calde o fredde, cosparsa su cereali, zuppe o stufati. È adatto a tutte le età, compresi i bambini e le donne incinte, è adatto anche alle persone che seguono diete prive di lievito e a chi assume farmaci. Non è irritante e può essere utilizzato come mantenimento.

### Polvere solubile bianca.

Informazioni nutrizionali	ogni 100 g	per 20 g
Energia	822 kj/204 kcal	164 kj/41 kcal
Carboidrati (frutto-oligosaccaridi)	95 g	19 g

**Adatto a vegetariani e vegani e privo di lattosio e gelatina.**



## Fos Fruttoligosaccaridi 500 g

EAN: 5055148409166 FABRICANTE: LAMBERTS



### Adatto ai diabetici.

È escluso il seguente elenco di allergeni: ingredienti contenenti grano, orzo, soia, uova, latte (e latticini), lattosio, frutta a guscio, solfiti, sedano, lievito e glutine.

### Precauzioni

Se una qualsiasi di queste assunzioni provoca flatulenza eccessiva, ridurre la quantità e aumentarla gradualmente. La flatulenza è un segno positivo che il prodotto è arrivato nell'intestino e il gas prodotto può inizialmente causare flatulenza che però dopo qualche giorno scomparirà. Per assunzioni superiori a 10 g (o 5 g nei bambini), dividere la quantità giornaliera in 2 somministrazioni, una a fine giornata, aiuterà a ridurre la flatulenza.

I FOS possono causare gonfiore temporaneo. Questo è un effetto a breve termine e una volta che il tuo sistema accelera? il gonfiore scomparirà. Se il gonfiore continua per più di 3 giorni, ridurre l'assunzione giornaliera di FOS.

### L'assunzione giornaliera raccomandata varia a seconda del livello di fibre nella dieta:

Mantenimento della flora intestinale:	Dose iniziale	Dose di mantenimento
Adulti	5 g	10 g
Bambini dai 4 anni in su	2,5 g	5 g

Aiuta il transito intestinale:	Dose iniziale di 3 giorni	Dose normale completa	Dose massima. Manutenzione regolare
Adulti	5 g	prova 15 g	20 g
Bambini dai 4 anni in su	2,5 g	Prova 5 g	10 g

Nota: un cucchiaino colmo = 5 g

\*Se una qualsiasi di queste assunzioni provoca flatulenza eccessiva, ridurre la quantità e aumentarla gradualmente. La flatulenza è un segno positivo che il prodotto è arrivato nell'intestino e il gas prodotto



## Fos Fructoligosaccaridi 500 g

EAN: 5055148409166    FABRICANTE: LAMBERTS



può inizialmente causare flatulenza che però dopo qualche giorno scomparirà. Per assunzioni superiori a 10 g (o 5 g nei bambini), dividere la quantità giornaliera in 2 somministrazioni, una a fine giornata, aiuterà a ridurre la flatulenza.

\*I Fos-fructoligosaccaridi possono causare gonfiore temporaneo. Questo è un effetto a breve termine e una volta che il tuo sistema accelera? il gonfiore scomparirà. Se il gonfiore persiste per più di 3 giorni, ridurre l'assunzione giornaliera di Fructoligosaccaridi Fos.

\*Bere almeno 2 litri di liquidi al giorno.  
Ingerire come indicato. Non superare la dose giornaliera espressamente consigliata.

