



COCONUT PRO-NUTRI



O coco é considerado um alimento rico em triglicerídeos de cadeia média (TCM), os quais se diferenciam das principais gorduras presentes na dieta exatamente por apresentar uma molécula de tamanho menor. Do ponto de vista fisiológico, o corpo responde de formas distintas de acordo com o tipo de gordura ingerido, principalmente no que diz respeito a: 1) digestão e absorção; 2) órgão-alvo e metabolização.

- 1) Digestão e absorção:** Ao passo que a maioria das gorduras é altamente insolúvel em meio aquoso, e todas as secreções gástricas e intestinais são basicamente formadas por água, digeri-las é um processo relativamente lento. Os TCMs, por apresentarem maior solubilidade em água, são rapidamente digeridos e absorvidos.
- 2) Órgão-alvo e metabolização:** a partir do momento que os produtos da digestão dos TCMs são absorvidos, os mesmos são direcionados ao fígado, com grande parte sendo oxidada, causando então aumento do gasto energético. Esse fenômeno é considerado completamente distinto da maioria das gorduras presentes na dieta, que não é direcionada ao fígado, e sim à circulação sanguínea, mas com finalidade de depósito no tecido adiposo, e não oxidação.

Características dos TCMs encontrados no Coconut Pro Nutri G2L®

A matéria prima utilizada no **Coconut Pro-Nutri G2L®** possui alta concentração de TCMs, os quais são compostos principalmente por ácidos graxos saturados. Entretanto, os ácidos graxos encontrados no coco são muito diferentes dos encontrados na maioria dos alimentos (estes que são principalmente de cadeia longa), simplesmente por serem de cadeia média. Portanto, não são observados efeitos colaterais quando inserida a gordura proveniente do coco na alimentação, e sim uma série de benefícios.

Aplicação do Coconut Pro-Nutri G2L®

Redução de peso

Do ponto de vista científico, os TCMs apresentam importante e positiva influência sobre o metabolismo, desempenhando propriedade estimuladora do gasto energético e da oxidação de gordura (St-Onge e Jones, 2003; St-Onge e cols., 2003; St-Onge e Jones, 2002; Dulloo e cols., 1996), além de menor capacidade de armazenamento no tecido adiposo, contribuindo assim para redução de gordura corporal (St-Onge e Bosarge, 2008; St-Onge e Jones, 2003; St-Onge e cols., 2003). Estudos científicos (St-Onge e Bosarge, 2008) demonstram que a inserção de TCMs em uma dieta hipocalórica promove efeitos positivos na composição corporal quando comparada com uma dieta com mesma quantidade de gordura, mas fonte de triglicerídeos de cadeia longa, conforme segue:

- **Redução de massa corporal 2 vezes maior;**
- **Redução de gordura corporal total 3,2 vezes maior;**
- **Redução de gordura localizada na região do tronco 3,5 vezes maior;**
- **Redução de gordura visceral 6,7 vezes maior;**
- **Redução de gordura abdominal subcutânea 2,2 vezes maior.**

A inserção dos TCMs como parte de uma dieta para redução de peso também apresenta benefícios complementares, como diminuição da glicemia, colesterol total e pressão arterial (St-Onge e cols., 2008).

Referências bibliográficas

Dulloo AG, Fathi M, Mensi N, Girardier L. Twenty-four-hour energy expenditure and urinary catecholamines of humans consuming low-to-moderate amounts of medium-chain triglycerides: a dose-response study in a



human respiratory chamber. Eur J Clin Nutr. 1996;50(3):152-8.

St-Onge MP, Jones PJ. Physiological effects of medium-chain triglycerides: potential agents in the prevention of obesity. J Nutr. 2002;132(3):329-32.

St-Onge MP, Jones PJ. Greater rise in fat oxidation with medium-chain triglyceride consumption relative to long-chain triglyceride is associated with lower initial body weight and greater loss of subcutaneous adipose tissue. Int J Obes Relat Metab Disord. 2003;27(12):1565-71.

St-Onge MP, Ross R, Parsons WD, Jones PJ. Medium-chain triglycerides increase energy expenditure and decrease adiposity in overweight men. Obes Res. 2003;11(3):395-402.

St-Onge MP, Bosarge A. Weight-loss diet that includes consumption of medium-chain triacylglycerol oil leads to a greater rate of weight and fat mass loss than does olive oil. Am J Clin Nutr. 2008;87(3):621-6.

St-Onge MP, Bosarge A, Goree LL, Darnell B. Medium chain triglyceride oil consumption as part of a weight loss diet does not lead to an adverse metabolic profile when compared to olive oil. J Am Coll Nutr. 2008;27(5):547-52.

Dados do Produto

Informação Nutricional		
Porção de 4g (4 cápsulas)		
	Quantidade por porção	% VD (*)
Valor Energético	36kcal – 151kJ	1%
Gorduras Totais	4,0g	4%
Gorduras Saturadas, a qual	3,0g	14%
Ácido Láurico	2,0g	**
Ácido Mirístico	1,0g	**
Gorduras Monoinsaturadas	1,0g	**
Ácido Oléico	1,0g	**

* Não contém quantidade significativa de carboidratos, proteínas, gorduras saturadas, gorduras trans, colesterol, fibra alimentar e sódio.

* Valores Diários de Referência com base em dieta de 2000kcal ou 8400kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

** Valores Diários não estabelecidos.

Ingredientes: Óleo de Coco extra virgem. Cápsula: Gelatina, Glicerina (umectante) e água purificada.

Recomendação de uso: Tomar 2 cápsulas 2 vezes ao dia, preferencialmente antes das principais refeições.

Frasco	Dimensão da Embalagem (cm)		Dimensão da Caixa (cm)			Qtde por Caixa
	Diam	Alt	Comp	Larg	Alt	
120 caps	7,6	14,3	30,4	22,8	14,7	12 unid



Produto	Coconut Pro Nutri – 120 caps
Apresentação	Frasco com 120 cápsulas
Código de Barras Unitário	7898948532 30 0
Registro no Ministério da Saúde	6.6006.0035.001-0
Classificação	Alimento
Classificação Fiscal	2106.90.30
PIS/COFINS	Optante Simples
IPI	Optante Simples
Caixa de Embarque	12 unidades
Código de Barras Caixa de Embarque	1 789894853230 7