



Acai ecológico en polvo

POWDER Nothing But Plants®

Alto potencial antioxidante

1 unidad

30 raciones / Acai en polvo 100 g

26,00 €

PRINCIPALES INDICACIONES:

Antioxidante, energía, sistema inmune.

Marca:



¡Conoce las excepcionales propiedades de los SUPERALIMENTOS gracias a nuestra novedosa gama POWDER Nothing But Plants®!

Esta gama de productos es un concepto innovador, una forma alternativa de consumir los complementos alimenticios y alimentos más saludables: en batidos, ensaladas o mezclados con tus alimentos favoritos.

DESCRIPCIÓN

El **acai** (*Euterpe oleracea* C. Martius) es un fruto con un **alto potencial antioxidante** gracias a su contenido en **polifenoles** (principalmente antocianinas) y **vitamina C**.

Originario de Sudamérica, el acai es uno de los alimentos funcionales más conocidos procedentes del Amazonas y se consume desde hace siglos tanto por sus propiedades nutricionales como por sus **propiedades antioxidantes**, antiinflamatorias e inmunoestimulantes.

¡Nuestro **acai ecológico “Kallawayas”** es rico en antioxidantes y es la mejor opción para empezar el día de una manera saludable y llena de energía!

ORIGEN

El acai, asaí o açai (*Euterpe oleracea* C. Martius, familia *Arecaceae*) es una palmera que puede alcanzar los 20 m de altura, posee tallos múltiples y sus frutos son drupas de unos 2 cm de diámetro y de color violáceo oscuro o negro-purpúreo. Originario de las regiones tropicales del norte de Sudamérica, el acai se distribuye en Brasil, Venezuela, Perú, Colombia, Trinidad y Tobago, Guayana Francesa y Surinam (1).

HISTORIA

La palmera de acai y sus frutos se han utilizado de manera tradicional, tanto como alimento como medicina, en toda la región amazónica. Así, este fruto ya se consumía como alimento en la época precolombina en mezcla de bebidas, dulces y zumos (1).

El acai se conoce en portugués como açai, término que deriva de la palabra en lengua tupí “iwasa’í” (*fruta que llora*) y hace referencia al jugo desprendido por el fruto (1). Además de su fruto, en la Amazonia peruana las hojas de la palmera de acai se utilizan para tejer sombreros y para la cobertura de techos y paredes (2).

COMPOSICIÓN

El **acai** es un fruto que contiene compuestos polifenólicos (**antocianinas** principalmente) (2), vitamina A, vitamina C, taninos, proteínas, hierro, calcio (1), fibra y fitoesteroles. Proporciona además energía gracias a su contenido en hidratos de carbono y grasas monoinsaturadas.

Nuestro **acai ecológico “Kallawayas”** tiene un valor ORAC* de 47800 micromoles de TE y contiene 295 mg de vitamina C y 490 mg de antocianinas por 100 g de producto.

*El valor ORAC determina la capacidad de absorción de radicales de oxígeno de un alimento. Sus unidades son Equivalentes de Trolox (análogo de la vitamina E).

- NUESTRO PRODUCTO

- **Nombre del producto:** Acai en polvo (procedente de la agricultura ecológica)
- **Nombre científico:** *Euterpe oleracea* C. Martius
- **Parte utilizada:** Fruto

BENEFICIOS

El **acai**, además de su alto valor nutricional, tiene numerosas propiedades entre las que se incluyen su **actividad antioxidante**, analgésica y antiinflamatoria (3). En la Amazonia es además muy apreciado el fruto de **acai** porque **refuerza el sistema inmunitario** (2).

USO, DOSIS

Se recomienda mezclar 3 g de acai en polvo con agua, zumo, batidos o leche. El acai en polvo también puede utilizarse como aderezo para ensaladas y es el ingrediente perfecto para un desayuno saludable como el conocido *Acai Bowl*.

RECETAS

¿Cómo preparar el *Acai Bowl*?

Hay numerosas maneras de preparar este delicioso desayuno (4). Este es un ejemplo de cómo elaborar el *Acai Bowl* (5):

Ingredientes:

- 1 cucharadita de acai ecológico en polvo “Kallawayas”
- Bayas de goji “Manigango”
- 1 plátano congelado
- Frutos rojos congelados
- Chips de coco

- Leche de avena
- Copos de avena
- Arándanos

Modo de preparación:

Mezclar en un recipiente el plátano, los frutos rojos y el acai y triturar en una batidora. Añadir leche de avena hasta conseguir la textura deseada. Servir la mezcla en un bol y poner por encima los arándanos, bayas de goji, chips de coco y copos de avena.

ESTUDIOS

El acai ayuda a disminuir los niveles de colesterol en sangre y tiene **propiedades antioxidantes**, antiinflamatorias (6), inmunoestimulantes (7) y neuroprotectoras (3). Respecto a sus propiedades antioxidantes, en un estudio piloto en el que jóvenes atletas consumieron zumo que contenía acai junto con otros frutos durante 6 semanas, se concluyó que el consumo de este zumo aumentaba los niveles de polifenoles en plasma y el contenido en el antioxidante glutatión reducido. Esto produjo un aumento de la capacidad antioxidante y una ligera atenuación del daño muscular inducida por el ejercicio (6).

En otro estudio, se evaluó el efecto del consumo de pulpa de acai durante 4 semanas en la prevención del daño oxidativo en mujeres sanas. Tras este periodo se observó un **aumento de la capacidad total antioxidante** y de la actividad de la enzima catalasa, además de una disminución de la producción de especies reactivas de oxígeno (8).

Por último, en relación a las **propiedades antiinflamatorias** del acai, en un estudio en el que se evaluó el poder antioxidante de la pulpa de acai liofilizada se observó también una potencial inhibición de las enzimas COX-1 y COX-2, ambas implicadas en los procesos inflamatorios (9).

- Alonso (2012) El fruto de asaí (*Euterpe oleracea*) como antioxidante. Revista de Fitoterapia 12 (2): 149-157.
- Berdonces JL. Gran diccionario ilustrado de las Plantas Medicinales descripción y aplicaciones. Barcelona: Oceano Ambar, 2009.
- Kolinski et al. (2016) Neuroprotective effects of açai (*Euterpe oleracea* Mart.) against rotenone in vitro exposure. Oxid Med Cell Longev 2016: 8940850.
- http://www.huffingtonpost.com/2014/04/15/acai-bowls-recipe_n_5147465.html
- <http://mividavegetariana.com/acai-bowl/>
- Sadowska-Krepa et al. (2015) Effects of supplementation with acai (*Euterpe oleracea* Mart.) berry-based juice blend on the blood antioxidant defence capacity and lipid profile in junior hurdlers. A pilot study. Biol. Sport 32: 161-168.
- Holderness et al. (2011) Polysaccharides isolated from Açai fruit induce innate immune responses. PLoS One 6(2): e17301.
- Barbosa et al. (2016) Açai (*Euterpe oleracea* Mart.) pulp dietary intake improves cellular antioxidant enzymes and biomarkers of serum in healthy women. Nutrition 32(6): 674-80.
- Schauss et al. (2006) Antioxidant capacity and other bioactivities of the freeze-dried amazonian palm berry, *Euterpe oleraceae* Mart. (Acai). J Agric Food Chem 54: 8604-8610.

Composición

INGREDIENTES:

Por dosis diaria: 3 g de acai en polvo (procedente de la agricultura ecológica) (*Euterpe oleracea* C. Martius).

ALÉRGENOS:

Este producto no contiene alérgenos (según el Reglamento (UE) N° 1169/2011) ni organismos modificados genéticamente.

FABRICACIÓN Y GARANTÍA DE CALIDAD:

Este complemento alimenticio está fabricado por un laboratorio siguiendo las normas BPF. Las BPF son las Buenas Prácticas de Fabricación vigentes en el sector farmacéutico europeo (en inglés GMP, Good Manufacturing Practice). El contenido del principio activo está garantizado por análisis regulares que se pueden consultar online.

Uso

CONSEJOS DE USO:

1 ración (3 g) por día. Mezclar con agua, zumo, batidos o leche. El acai en polvo también puede usarse para espolvorear sobre las comidas y las ensaladas.

PRECAUCIONES:

Se desaconseja para mujeres embarazadas o en periodo de lactancia. No exceder la dosis diaria recomendada.

ADVERTENCIAS:

Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta variada y equilibrada y un estilo de vida saludable. En caso de tratamiento médico, consulte con su terapeuta. Solo para adultos. Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños.

INSTRUCCIONES DE ALMACENAMIENTO:

Conservar en un lugar fresco, seco y fuera del alcance de la luz.