

L'alimentazione alleata del benessere

Barilla ha introdotto la nuova linea di prodotti Alixir contenenti ingredienti attivi benefici per il cuore, l'intestino, il sistema immunitario e per rallentare l'invecchiamento cellulare

Sovrappeso e obesità, diabete e stadi di insulino-resistenza, patologie cardiovascolari, aumento degli stati di infiammazione e tumori sono patologie degenerative emerse con prepotenza negli ultimi decenni, principalmente a seguito di modificazioni dell'ambiente e degli stili di vita. Un ruolo importante è certamente svolto dalle abitudini alimentari non adeguate per quantità e qualità, con consumi elevati di cibi con alto indice glicemico ricchi in carboidrati semplici, grassi animali, carni rosse, bevande gassate con quantità di zuccheri elevate, a scapito di componenti più "salutari" (vegetali freschi, legumi, pesce, cereali integrali ecc.).

Questa situazione può essere efficacemente contrastata attraverso strategie integrate: è infatti necessario intervenire a diversi livelli con piani strutturali che agiscano sull'ambiente, le scuole, il posto di lavoro, la casa e la famiglia, e con interventi comportamentali sullo stile di vita, sugli approcci farmacologici e nutrizionali, sull'educazione e sull'attività fisica.

■ Ruolo dell'industria alimentare

I protagonisti principali di questo piano globale sono le autorità governative, le organizzazioni internazionali, i centri di ricerca, l'industria alimentare.

Quest'ultima può svolgere un ruolo rilevante per cercare di combattere l'epidemia delle patologie croniche degenerative: ha interesse a dimostrarsi responsabile e può cogliere un'opportunità di sviluppo perseguendo e promuovendo linee nutrizionali corrette. Sarebbe molto im-

portante avere sempre più industrie alimentari che facciano riferimento a linee guida nutrizionali e che continuino a migliorare i loro prodotti. Ogni industria alimentare dovrebbe essere in grado di fornire prodotti pensati per contribuire a uno stile di vita salutare, facilmente adottabile. Ed è importante che sappia produrre anche alimenti specifici capaci di fornire benefici funzionali alle persone, contribuendo in modo innovativo al loro benessere.

Questo messaggio è stato raccolto da Barilla, leader nella produzione di paste alimentari e di prodotti da forno, che ha lanciato recentemente la linea Alixir con la quale propone un programma alimentare, declinato in dieci prodotti diversi adatti ai

diversi pasti della giornata, attraverso i quali si forniscono elementi nutritivi in concentrazione adeguata per essere efficaci sul sistema cardiocircolatorio, sul sistema immunitario, sulle funzioni intestinali e nel rallentare l'invecchiamento cellulare.

Lo sviluppo dei prodotti Alixir rappresenta la realizzazione di un progetto di ricerca che ha trasferito in cibi e bevande inseribili nell'alimentazione quotidiana le più avanzate conoscenze scientifiche in ambito nutrizionale.

I prodotti Alixir sono venduti nei supermercati delle grandi catene di distribuzione, riconoscibili dal design della confezione di colore nero lucido.

Quattro linee di prodotti per quattro aree funzionali

Gli esperti nutrizionisti di Barilla hanno selezionato alcuni "ingredienti attivi" in grado di esplicare un ruolo benefico per la salute dell'organismo e sono stati sviluppati quattro linee di prodotti identificati come Alixir Cor (pane ai cereali, pan di brioche), Alixir Immunitas (snack biscotto con cacao, fiocchi di cereali con cioccolato), Alixir Iuvenis (barrette di cereali e frutta, bevanda ai frutti rossi, tè verde) e Alixir Regularis (biscotti, cracker, bevanda arancia e carota).

Gli ingredienti attivi inseriti nella linea Alixir Cor sono gli omega-3, i betaglucani e i folati, che agiscono nel controllo e nella riduzione dei livelli di trigliceridi, colesterolo e omocisteina, tra i principali fattori di rischio cardiovascolare.

Alixir Immunitas contiene microrganismi probiotici, appositamente selezionati e incapsulati, che aiutano a ricostruire l'equilibrio della flora batterica intestinale e aiutano le naturali difese del nostro organismo. I ceppi batterici presenti sono il *Bifidobacterium longum* e il *Lactobacillus acidophilus*: insieme agiscono in modo sinergico esaltando così il beneficio. La flora intestinale, infatti, varia molto da un individuo all'altro e l'uso di due ceppi probiotici garantisce meglio la possibilità di ottenere effetti benefici.

Alixir Iuvenis è una combinazione esclusiva di ingredienti antiossidanti (vitamina C, vitamina E, catechine) che aiutano a contrastare l'azione dannosa dei radicali liberi in eccesso, tra i principali fattori del processo di invecchiamento precoce delle cellule del nostro organismo.

Gli ingredienti attivi di Alixir Regularis sono fibre prebiotiche appositamente selezionate (frutto-oligosaccaridi, galatto-oligosaccaridi, amido resistente), che aiutano la crescita e lo sviluppo della flora batterica intestinale positiva, favorendo così l'assorbimento dei micronutrienti essenziali e la regolarizzazione del transito intestinale.