



Немецкие ученые утверждают на основе научного исследования о полезных свойствах сахарозаменителя ИЗОМАЛЬТУЛОЗА, которое показывает, что продукт поддерживает дополнительную потерю массы тела и жировой массы у взрослых с избыточным весом и ожирением при замене сахарозы в диете для похудения и приемлемости сахарозаменителя для людей с диабетом из-за его низкого гликемического индекса. В РФ сахарозаменитель стал доступен по цене 550 -600 рублей за килограмм. МОО Российская диабетическая ассоциация (РДА) изучает вопрос для рекомендации изомальтулозы при выполнении физических нагрузок лицами с сахарным диабетом 2 типа, ожирением, и для улучшения контроля гликемии при диабете 1 типа.

Изомальтулоза представляет собой порошок, который можно применять во многих пищевых продуктах, таких как выпечка, сухие завтраки и батончики, молочные продукты, замороженные десерты, кондитерские изделия и напитки.

Этот углевод обеспечивает организм тем же количеством углеводной энергии, что и сахара. Но благодаря уникальному связыванию глюкозы и фруктозы энергия высвобождается медленнее и не сразу. Этот безвредный для зубов подсластитель, полученный из натуральной сахарной свеклы, помогает улучшить стабильность напитков, в то время как его также можно использовать для увеличения срока годности глазированных продуктов, таких как пончики и другие хлебобулочные изделия. Изомальтулоза может, например, помочь спортсменам достичь более высоких уровней окисления жиров в тренировках на выносливость или в соревнованиях на выносливость. Тренировки на выносливость [аэробного типа показаны людям с диабетом](#) . Исследование, проведенное в Фрайбургском университете Германии показало, что с преднагрузкой изомальтулозой выносливые атлеты поддерживали более стабильный профиль глюкозы в крови и более высокое окисление жиров, что привело к улучшению показателей езды на велосипеде по сравнению с мальтодекстрином. Продукт

рекомендуется сообществу любителей видеоигр , которые стремятся использовать его медленное высвобождение энергии, чтобы оставаться сосредоточенным и бдительным.

Новое исследование, рассматривающее изомальтулозу как средство для похудения, проведенное доктором Хелен Лайтхулер и профессором Джеей Генри из Оксфордского университета Брукс в Центре функционального питания в Великобритании, утверждает, что продукт может направить обмен веществ в сторону сжигания жира. Такого рода функции обычно возлагались на L-карнитин во время аэробных тренировок.

Целью исследования было оценить влияние диеты с пониженным энергопотреблением, содержащей изомальтулозу, на снижение массы тела по сравнению с сахарозой. За 12-недельный период 50 здоровых взрослых с избыточной массой тела или с ожирением потребляли либо 40 г палатинозы, либо сахарозы в течение четырех приемов пищи в день в рамках своей диеты с пониженным энергопотреблением (всего около 1700 ккал в день). Ужин был свободным выбором для участников. Изменения массы тела, состава тела (жировая масса, безжировая масса) и энергетического обмена оценивались в начале исследования и каждые последующие четыре недели.

Обе группы: изомальтулозы и сахарозы потеряли вес в течение 12-недельного периода исследования. Однако только те участники, которые потребляли палатинозу, достигли значительной потери веса; потеряв лишний килограмм по сравнению с группой сахарозы. Кроме того, в группе изомальтулозы также наблюдалось снижение процента массы жира (около 2%) и значительное увеличение процента массы без жира (то есть, мышечной массы тела). Эти наблюдаемые изменения были связаны с большим снижением потребления энергии и более высокой скоростью сжигания жира с изомальтулозой по сравнению с сахарозой. Исследование подкрепляется исследованием питательных веществ, проведенным профессором Джеей Генри в Сингапурском институте клинических исследований в 2017 году, которое показало, что изомальтулоза не оказывает такого же влияния на уровень сахара в крови добровольцев, как сахароза, и улучшает сжигание жира . Анке Сентко, вице-президент по вопросам регулирования и питания в фирме Вепео, сказала: «Это исследование ясно показывает, что выбор углеводов имеет значение при проведении диеты для похудения. Использование изомальтулозы вместо сахарозы способствует снижению веса и уменьшению жировых отложений у людей с избыточным весом и ожирением, поскольку оно направляет обмен веществ в сторону сжигания жира. Для 670 миллионов взрослых по всему миру в настоящее время зарегистрированных как больных ожирением, это важный шаг на пути для тех, кто смотрит за подсчетом калорий и принимает во внимание то , что вместо того, чтобы люди могли съесть , чтобы помочь им лучше и быстрее достичь своих целей в потере веса».

Первоисточник:

Изменения в весе и субстрате окисления в избыточной массой тела взрослых после приема изомальтулозы в течение 12-недельного вмешательства потери веса: Рандомизированное, двойное слепое, контролируемое исследование.

Журнал «Питательные вещества»

Авторы: Lightowler H, Швейцер L, Theis S, Генри CJ (2019)

Публикация до рецензирования doi: 10.3390 / nu11102367

Официальная ссылка: <https://www.mdpi.com/2072-6643/11/10/2367>

МОО Российская диабетическая ассоциация (РДА) изучает вопрос для рекомендации изомальтулозы при выполнении физических нагрузок лицами с сахарным диабетом 2 типа, ожирением, и для улучшения контроля гликемии при диабете 1 типа. Следите за появлением на упаковке мальтулозы рекомендаций Российской Диабетической Ассоциации о суточной порции потребления.