



# NU BI



## PREGUNTAS FRECUENTES

### 1. ¿Cuál es el principal beneficio de Nu Bi?

Phamanex Nu Bi te ayuda a lograr este equilibrio intestinal con una solución de acción prebiótica, además de darte impulso de cafeína para aumentar la energía.

### 2. ¿Qué es el microbioma intestinal y por qué es importante?

El microbioma es hecho de bacteria y otros organismos. El microbioma intestinal incluye todos los microbios, o pequeños microorganismos, que viven en el interior del tracto gastrointestinal (GI) ¡Millones, de hecho! Hay más microbios en el tracto gastrointestinal que células humanas reales. Es importante porque queremos más bacteria buena. El microbioma puede impactar el resto del cuerpo, por ejemplo, la piel, el cerebro, digestión, el sistema inmunológico, y más.

### 3. ¿Cuáles son los factores que pueden alterar nuestro microbioma intestinal?

Cosas que pueden alterar el microbioma intestinal incluyen una dieta desequilibrada, muchos viajes, estrés y más. Cosas buenas que pueden ayudar a un microbioma equilibrado incluyen una buena alimentación con frutas, verduras y fibra.

### 4. ¿Cuáles son los ingredientes principales de Nu Bi?

Xilooligosacáridos o XOS que es un prebiótico. BPL1 que es un postbiótico\*. Cafeína para la energía. Y granada como antioxidante.

*\*El ingrediente Bifidobacterium lactis (BPL1) corresponde a un postbiótico, los cuales son microorganismos no viables.*

### 5. ¿Qué son los prebióticos y cómo funcionan?

Los prebióticos son nutrientes no digeribles que ayudan al desarrollo del Microbioma intestinal. Provocan cambios positivos en la composición y la actividad de las bacterias gastrointestinales.

Los prebióticos son esencialmente nutrientes especializados que ayudan a los microbios del intestino, especialmente a los beneficiosos. Al igual que un fertilizante saludable, brinda nutrientes para ayudar a que crezca una planta, los prebióticos son nutrientes saludables para ayudar a mantener el equilibrio de la flora intestinal





6. **¿Por qué escogimos usar XOS y no otros tipos de prebióticos?**

Porque no todos los prebióticos son creados igual. Xilooligosacáridos es un prebiótico muy potente que es eficaz con solo 1 gramo por día, que es la dosis en nuestra fórmula. Con otros prebióticos, muchas veces se necesitan 10 gramos para tener un efecto clínico.

Pero con una dosis muy alta puede causar efectos secundarios. Pero con XOS, algunos estudios por ejemplo: "Efectos prebióticos de los xilooligosacáridos en la mejora del equilibrio de la microbiota en sujetos humanos" publicado en Hindawi Publishing Corporation, Investigación y práctica gastroenterológicas, y otros publicados en la Revista de Nutrición y Salud y Fronteras de la fisiología, demuestran que hace los cambios en la digestión y la microflora, sin efectos secundarios.<sup>1</sup>

7. **Y un término que aún es poco conocido, los postbióticos ¿qué son, cuáles son sus beneficios en Nu Bi?**

Postbióticos son ingredientes que vienen de los probióticos, pero es inactivando la bacteria viva, pero todavía da los beneficios de componentes activos. La ventaja es que postbióticos son muy estables para dar los beneficios de los componentes o metabolitos que vienen de ellos.

8. **¿Por qué no agregaron probióticos a la fórmula?**

Mire, los probióticos tienen potencial, pero hay muchos factores que pueden impactar que tan eficaces son: como la dosis, la interacción con otras bacterias, y en especial la habilidad para sobrevivir al ácido en el estómago. Entonces hay limitaciones con esto, y también el envase tiene que ser especial porque no son muy estables.

Mucha gente toma un probiótico, y no ve cambios, entonces sabemos que hay otra manera para cambiar los intestinos y digestión, con ingredientes que son estables en una dosis eficaz.

9. **¿Por qué se incluyó cafeína en Nu Bi?**

La cafeína es para la energía. Es una dosis segura y muy baja (como la mitad de una taza de café).

10. **¿Qué ingrediente se utilizó para endulzar Nu Bi?**

Se utiliza Estevia. Endulza el producto lo suficiente, sin agregar calorías. También tenemos una combinación de sabores, con frambuesa, limón y sandía. ¡Es delicioso!

11. **¿Cuál es el mejor momento del día para tomar Nu Bi?**

Científicamente no importa la hora del día, puede tomarlo con o sin comidas durante el día, lo más importante es la constancia y tomarlo diariamente para ver los resultados esperados.



**12. ¿Se puede tomar frío o caliente? ¿Se puede mezclar con cualquier bebida?**

Sí se puede tomar frío o caliente. Y lo puede mezclar con agua, agua con gas, con g3, con su malteada, se mezcla muy bien con todo.

**13. ¿Tengo que dejar pasar un tiempo de cuando tomo Collagen+ y cuando tomo Nu Bi?**

No, de hecho, si quiere puede usar los dos productos al mismo tiempo. Son complementarios.

**14. ¿Lo puede tomar adolescentes y personas con problemas de malestar estomacal?**

Jóvenes y los que tienen problemas o malestar deben checar con el médico primero.

**Fuentes:**

1. Yang J, Summanen PH, Henning SM, et al. Xylooligosaccharide supplementation alters gut bacteria in both healthy and prediabetic adults: a pilot study. *Front Physiol.* 2015;6:216. Published 2015 Aug 7.
2. Lin, S. H., L. M. Chou, Y. W. Chien, J. S. Chang and C. I. Lin (2016). "Prebiotic Effects of Xylooligosaccharides on the Improvement of Microbiota Balance in Human Subjects." *Gastroenterol Res Pract* 2016: 5789232
3. Jin Ho Jeon, Myungok Kyung, Sangwon Jung, SungEun Jo and Moon-Jeong Chang, "Effect of xylooligosaccharide-sugar mixture on defecation frequency and symptoms in young women with constipation: a randomized, double-blind, placebo-controlled trial." *J Nutr Health.* 2015 Feb; 48(1):19-29.
4. Pedret A, Valls RM, Calderón-Pérez L, et al. Effects of daily consumption of the probiotic *Bifidobacterium animalis* subsp. *lactis* CECT 8145 on anthropometric adiposity biomarkers in abdominally obese subjects: a randomized controlled trial. *Int J Obes (Lond).* 2019;43(9):1863–1868.
5. Balaguer F, Enrique M, Llopis S, et al. Lipoteichoic acid from *Bifidobacterium animalis* subsp. *lactis* BPL1: a novel postbiotic that reduces fat deposition via IGF-1 pathway [published online ahead of print, 2021 Feb 23]. *Microb Biotechnol.* 2021;10.1111/1751-7915.13769.
6. Gil MI, Tomás-Barberán FA, Hess-Pierce B, Holcroft DM, Kader AA. Antioxidant activity of pomegranate juice and its relationship with phenolic composition and processing. *J Agric Food Chem.* 2000;48(10):4581–4589.
7. Harpaz E, Tamir S, Weinstein A, Weinstein Y. The effect of caffeine on energy balance. *J Basic Clin Physiol Pharmacol.* 2017;28(1):1–10.

