



## Grasa Trans

Las grasas Trans, son ácidos grasos insaturados transformados por el hombre en ácidos grasos saturados. Este proceso se llama hidrogenación, el cual mantiene estable la consistencia y el sabor de los alimentos fuente de grasa Trans (carnes, lácteos, entre otros). Las mayores fuentes alimentarias de grasa Trans provienen de alimentos fritos y fuente directa de grasa (de consistencia sólida o semisólida).

El Instituto de Medicina de la Academia Nacional de Ciencias de Estados Unidos llegó a la conclusión de que las grasas saturadas, las grasas trans y el colesterol dietético, aumentan el nivel del colesterol LDL

(“colesterol malo”) en la sangre. Además, existen evidencias que sugieren que el consumo de alimentos fuente de grasa Trans (más de 0,5 gramos por porción) disminuye el nivel de colesterol HDL (“colesterol bueno”), inhiben las funciones de otros ácidos grasos esenciales, retrasando el crecimiento y la maduración del cerebro.

Una elevada presencia de ácidos grasos Trans en el torrente sanguíneo, puede intervenir en la construcción de hormonas y paredes celulares defectuosas.

### Fuente:

- Regla Final del Registro Federal (Federal Register Final Rule): Ácidos Grasos Trans en el Etiquetado de Nutrición, Afirmaciones de Contenido de Nutrientes y Afirmaciones de Salud (Trans Fatty Acids in Nutrition Labeling, Nutrient Content Claims and Health Claims)  
<http://www.cfsan.fda.gov/~lrd/fr03711a.html>
- Noticia Adelantada Sobre Propuesta Legislativa: Ácidos Grasos Trans en Etiquetado Nutricional; Investigación al Consumidor para Considerar Contenido Nutricional y Afirmaciones de Salud y Posible Nota al Pie o Declaraciones de Divulgación (Trans Fatty Acids in Nutrition Labeling; Consumer Research to Consider Nutrient Content and Health Claims and Possible Footnote or Disclosure Statements)  
<http://www.cfsan.fda.gov/~lrd/fr03711b.html>





## Familias de **NUTRI**SNACKS®

Los **NUTRI**SNACKS® son horneados no fritos, no contienen grasa Trans y así se indica bajo la figura del corazón rojo 0 g Grasa Trans ó 0 g Trans Fat en todos sus productos (galletas integrales con azúcar, galletas integrales sin azúcar, pancitos, bizcochos, palitos de queso, entre otros).

### Galletas Integrales con Azúcar Crudo



### Galletas Integrales con Sucralosa



### Galletas Exóticas



### Pancitos



### Palitos / Bizcochos



### Loncheras



Para mayor información y obtener sugerencias de meriendas con NUTRISNACKS® visite nuestra página [www.nutrisnacks.net](http://www.nutrisnacks.net), o envíe sus consultas al correo: [nutricion@nutrisnacks.net](mailto:nutricion@nutrisnacks.net)

