

A **NUTRIÇÃO** É UM DOS PRINCIPAIS  
ALIADOS À **SAÚDE CEREBRAL.**<sup>1</sup>





## MEDITERRÂNEO<sup>2</sup>

- Dieta rica em antioxidantes.
- Composta por alimentos frescos e naturais: azeite de oliva, vegetais, legumes, cereais integrais, sementes, frutos secos e peixes.



## MIND<sup>3,4</sup>

- Mediterranean - DASH Intervention for neurodegenerative.
- Baseia-se no consumo de alimentos de baixo teor de gordura saturada, sódio e ultraprocessados.
- Composta principalmente por frutas vermelhas, verduras, produtos lácteos, cereais integrais, aves, peixes, azeite e vinho.





Aos primeiros sinais de CCL,  
cuide do seu paciente.



nutrição e saúde da nossa casa para a sua

[mundodanone.com.br](http://mundodanone.com.br)

# Souvenaid<sup>®</sup>

Único, como cada memória.

1x  
ao dia\*



Resultados após  
**12 semanas**  
de uso diário<sup>8</sup>

**+20'**  
ANOS DE  
PESQUISA  
SOBRE A INFLUÊNCIA  
DE NUTRIENTES  
NO FUNCIONAMENTO  
CEREBRAL

\*A indicação dos produtos deve ser avaliada pelo profissional de saúde, caso a caso, conforme a situação clínica e nutricional do paciente. Souvenaid<sup>®</sup> é um suplemento nutricional e deve estar inserido em uma alimentação balanceada. Seu consumo não substitui a ingestão de outros alimentos. Material técnico-científico destinado a profissionais de saúde. Proibida a reprodução total e/ou parcial. Imagens ilustrativas.



# As populações que vivem no entorno do mar do Mediterrâneo estão adotando um padrão alimentar ocidentalizado.<sup>5</sup>





# Mecanismos de Intervenções Dietéticas na Função Cognitiva




Adaptado de Gutierrez L et al. Nutrients, 2021.

Material técnico-científico destinado a profissionais de saúde. Proibida a reprodução total e/ou parcial.





ÔMEGA-3



VITAMINAS  
B, E e C



URIDINA



COLINA



SELÊNIO



NUTRIENTES-CHAVE<sup>7</sup>  
PARA **SAÚDE** E  
**PROTEÇÃO NEURONAL**





### 1 unidade de Souvenaid®

### Você também pode encontrar em:

400 mcg

Ácido fólico



5 xícaras de brócolis

400 mg

Colina



3 ovos

1.590 mg

Ômega 3



3 latas de sardinha

1 mg

Vitamina B6



2 1/2 bifes

54 mg

Vitamina E



500 g de castanha-do-Pará

80 mg

Vitamina C



2 laranjas

3 mcg

Vitamina B12



2 1/2 copos de leite

60 mcg

Selênio



11 colheres de sopa de aveia em flocos

\*A indicação dos produtos deve ser avaliada pelo profissional de saúde, caso a caso, conforme a situação clínica e nutricional do paciente.

Souvenaid® é um suplemento nutricional e deve estar inserido em uma alimentação balanceada. Seu consumo não substitui a ingestão de outros alimentos.

Material técnico-científico destinado a profissionais de saúde. Proibida a reprodução total e/ou parcial. Imagens ilustrativas.



# Referências

1. Gutierrez L et al. Effects of Nutrition on Cognitive Function in Adults with or without Cognitive Impairment: A Systematic Review of Randomized Controlled Clinical Trials. *Nutrients*. 2021 Oct 22;13(11):3728.
2. Valls-Pedret C et al. Mediterranean Diet and Age-Related Cognitive Decline: A Randomized Clinical Trial. *JAMA Intern Med*. 2015 Jul;175(7):1094-1103.
3. Morris MC, Tangney CC, Wang Y, Sacks FM, Barnes LL, Bennett DA, Aggarwal NT. MIND diet slows cognitive decline with aging. *Alzheimer's & Dementia* 2015;11:1015–1022.
4. Boumenna T, Scott TM, Lee JS, Zhang X, Kriebel D, Tucker KL, Palacios N. MIND Diet and Cognitive Function in Puerto Rican Older Adults. *J Gerontol A Biol Sci Med Sci*. 2022 Mar 3;77(3):605-613.
5. Quarta S et al. Persistent Moderate-to-Weak Mediterranean Diet Adherence and Low Scoring for Plant-Based Foods across Several Southern European Countries: Are We Overlooking the Mediterranean Diet Recommendations? *Nutrients*. 2021 Apr 23;13(5):1432.
6. Campos MTF de S, Monteiro JBR, Ornelas APR de C. Fatores que afetam o consumo alimentar e a nutrição do idoso. *Rev Nutr [Internet]*. 2000 Sep;13(3):157–65. Available from: <https://doi.org/10.1590/S1415-52732000000300002>.
7. Nagandu T et al. A 2 year multidomain intervention of diet, exercise, cognitive training, and vascular risk monitoring versus control to prevent cognitive decline in at-risk elderly people (FINGER): a randomised controlled trial. *Lancet* 2015; 385: 2255–63. 1
8. Scheltens P, Kamphuis PJ, Verhey FR et al. Efficacy of a medical food in mild Alzheimer's disease: A randomized, controlled trial. *Alzheimers Dement*, 2010;6:1-10.e1.

\*A indicação dos produtos deve ser avaliada pelos profissionais de saúde, caso a caso, conforme a indicação clínica e nutricional do paciente.

Material técnico-científico destinado a profissionais de saúde. Proibida a reprodução total e/ou parcial. Imagens ilustrativas. **O PRODUTO MENCIONADO NÃO CONTÉM GLÚTEN.** Fevereiro/2024.