



Danacol® reduce el colesterol en 3 semanas y, además, ayuda a mantenerlo*



Danacol es un lácteo desnatado que contiene fermentos naturales y, además, esteroles vegetales que reducen el colesterol alto de forma 100% natural:

- Sin azúcares añadidos
- Contiene 1,6 g de esteroles vegetales
- 1 Danacol al día después de la comida o la cena
- Danacol **bloquea parcialmente la absorción del colesterol** en el intestino, reduciendo su paso hacia las arterias^{1,2}
- Resultados observables en **2-3 semanas**³⁻⁵



Los esteroles vegetales contribuyen a reducir el nivel de colesterol sanguíneo, disminuyendo el riesgo de enfermedades CV

Ingredientes: Leche pasteurizada desnatada, éster de esteroles vegetales (2,6%, del cual 1,6% esteroles vegetales libres), leche en polvo desnatada, aromas, edulcorantes (acesulfamo K y sucralosa) y fermentos lácticos activos.

Origen de la leche: España.

	Valores medios por 100 g
Valor energético (kJ/kcal)	170/40
Grasas (g)	1,1
de las cuales saturadas (g)	0,1
Hidratos de carbono (g)	4,4
de los cuales azúcares (lactosa) (g)	4,1
Proteínas (g)	3,2
Sal (g)	0,13
Calcio (mg)	120

HAZ EJERCICIO, CUIDA TU ALIMENTACIÓN Y TOMA DANACOL CADA DÍA

Alimento reconocido por la Fundación Española del Corazón (FEC) a través de su programa de Alimentación y Salud (PASFEC)



1. Armstrong MJ, Carey MC. J Lipid Res 2006; 28:1144-1155- 2006. 2. Nissinen M, et al. Am J Physiol Gastrointest Liver Physiol. 2002; 282:G1009-G1015. 3. Plana N, et al. Eur J. Nutr. 2007;47(1):3. 4. Hansel B., et al. Am Eur J Clin Nutr. 2007;86:760-6. 5. Mannarino E, et al. Nutr Met and Cardio Dis. 2008.

*Con esteroles vegetales que reducen el colesterol. Los alimentos con esteroles vegetales reducen el colesterol entre un 7% y un 10% de 2 a 3 semanas con una ingesta diaria de 1,5 a 2,4 g de fitoesteroles. Se ha demostrado que los fitoesteroles y los esteroles de fitoestanol disminuyen/reducen el colesterol sanguíneo. Una tasa elevada de colesterol constituye un factor de riesgo en el desarrollo de cardiopatías coronarias. No destinado a personas que no necesitan controlar su colesterolemia. No recomendado a mujeres embarazadas, en lactancia ni a menores de 5 años. Consumo máximo de esteroles vegetales 3 g/día. Mantenga una dieta saludable con frutas y verduras. Si toma medicación, consulte a su médico. Las cardiopatías poseen múltiples factores de riesgo y la alteración de uno de estos factores de riesgo puede tener o no un efecto benéfico.

¿SABÍAS QUE EN LA MENOPAUSIA PUEDE INCREMENTAR UN 10-15% EL c-LDL AUMENTANDO LA POSIBILIDAD DE UN EVENTO CV?¹

Sin embargo, solo 3 de cada 10 mujeres (de 45 a 65 años) relacionan la aparición de colesterol alto como un síntoma de la menopausia²

Danacol apuesta por la investigación, la ciencia y la promoción de hábitos cardiosaludables

DANACOL REDUCE EFICAZMENTE EL COLESTEROL ALTO EN CUALQUIER SITUACIÓN:



SOLO

- Más de un 10% de reducción del c-LDL³
- Resultados tras 3 semanas de consumo continuo⁴
- Sin efectos secundarios⁵



CON LA DIETA

Hasta un 20% de reducción de c-LDL en combinación con una dieta baja en grasas saturadas y colesterol⁶



CON ESTATINAS

Efecto sinérgico con las estatinas, pudiendo potenciar su efecto en hasta un 15%⁷

5 Recomendaciones saludables para tus pacientes con hipercolesterolemia



Es recomendable seguir una **alimentación sana y equilibrada** basada en la Dieta Mediterránea



Revisar **periódicamente los factores de riesgo CV**, como la tensión arterial, la glucemia y el colesterol



Es esencial **realizar ejercicio físico con frecuencia**: al menos 150 minutos semanales de ejercicio aeróbico moderado, o 75 minutos si es intenso



Se recomienda la **ingesta de 1,5-2 g/día de esteroides vegetales en su dieta**⁷



Abstenerse de fumar y de consumir **bebidas alcohólicas**

1. European Heart Journal (2021) 42, 967- 984. 2. ESTUDIO MENOCOL. DANONE. 3. The EFSA Journal (2009) 1177, 1-12. 4. The EFSA Journal (2009) 1175, 1-9. 5. Hendriks HF, et al. Eur J Clin Nutr. 2003;57(5):681-92. 6. Mayo Clin Proc. 2003; 78(8): 965-78. 7. Merino J, et al. Clin Invest Arterioscl. 2014;26(3):147-158.

ALIMENTANDO EL
CAMBIO

Únete a Alimentando el Cambio,
la plataforma de Danone para profesionales
y estudiantes de nutrición y ciencias de la salud.

