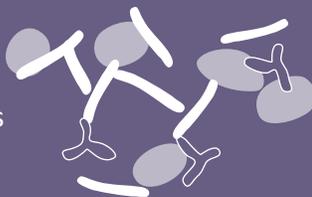


¿En qué se diferencian los alimentos probióticos de los fermentados?

PROBIÓTICOS

Beneficio documentado para la salud

Microorganismos vivos que, administrados en cantidades adecuadas, confieren un beneficio para la salud del huésped.



EJEMPLOS

- *Bifidobacterium animalis* subsp. *lactis* XYZ
- *L. plantarum* ABC
- *L. casei* 123

Los probióticos pueden añadirse a suplementos nutricionales o a alimentos que no estén fermentados, como zumos de frutas o barritas de cereales. Un "alimento probiótico" debe cumplir todos los criterios indicados para un probiótico.

ALIMENTOS FERMENTADOS PROBIÓTICOS

Efecto beneficioso documentado, debido al probiótico

EJEMPLOS

- Yogur conteniendo *B. animalis* subsp. *lactis* XYZ
- Avena fermentada por *L. plantarum* ABC
- Leche fermentada por *L. casei* 123



ALIMENTOS FERMENTADOS

No se requiere ningún beneficio documentado para la salud

Alimentos elaborados mediante el crecimiento microbiano deseado y conversiones enzimáticas de los componentes alimentarios

EJEMPLOS

- Chucrut
- Kombucha
- Pan fermentado
- Kéfir



Criterios para probióticos, alimentos fermentados probióticos y Alimentos Fermentados

Alimentos fermentados probióticos

	Probióticos	Alimentos fermentados probióticos	Alimentos fermentados
Efecto benéfico documentado	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Microorganismos viables al momento del consumo	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Microorganismos en niveles tales que otorguen un beneficio	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Seguros para el uso que se pretende	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Microorganismos definidos taxonómicamente a nivel de cepa	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Disponibilidad de la secuencia genómica del microorganismo	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Efecto benéfico documentado

Microorganismos viables al momento del consumo

Microorganismos en niveles tales que otorguen un beneficio

Seguros para el uso que se pretende

Microorganismos definidos taxonómicamente a nivel de cepa

Disponibilidad de la secuencia genómica del microorganismo

- REQUERIDO
- PUEDE SER O NO, DEPENDIENDO DEL ALIMENTO
- NO REQUERIDO