

Fibre d'acacia : une étude confirme ses bienfaits sur la santé digestive

100% végétale, durable, multifonctionnelle... à la longue liste des atouts de la fibre d'acacia, également connue sous le nom de gomme arabique ou gomme d'acacia, viennent aujourd'hui s'ajouter ses bénéfices sur la santé digestive. L'étude récente menée par le Français Alland & Robert, l'un des principaux fabricants de gomme d'acacia au monde, le prouve : plus de huit personnes sur dix ayant consommé de la fibre d'acacia chaque jour pendant deux mois affirment que leur bien-être intestinal s'est amélioré.

FIBRES — ALLAND & ROBERT

La fibre d'acacia est un additif ou un ingrédient naturel, sain et végétalien.

Elle provient d'une exsudation des acacias après l'incision de leurs troncs et de leurs branches. Également appelée gomme d'acacia, elle est utilisée depuis des siècles, offre de nombreuses propriétés fonctionnelles et est parfaite pour l'enrichissement en fibres.

LA FIBRE D'ACACIA, POUR L'ENRICHISSEMENT EN FIBRES ET PLUS ENCORE

On retrouve aujourd'hui la fibre d'acacia dans une grande variété de produits de consommation à travers le monde. Sa teneur en fibres améliore le profil nutritionnel des formulations, et ses propriétés aident à compenser la perte de texture, de volume et de sensation en bouche des produits et boissons à faible teneur en matières grasses ou en sucre. Ces qualités rendent la fibre d'acacia idéale pour les applications diététiques, les compléments alimentaires et les produits végétaliens, à toutes fins d'enrichissement en fibres.

En Europe, la gomme d'acacia est reconnue comme une fibre. Des allégations nutritionnelles sont applicables pour la gomme d'acacia : « source de fibres » ou « riche en fibres », selon le dosage.* Aux États-Unis, le statut de fibre alimentaire de la gomme d'acacia a été approuvé

par la « Food & Drug Administration » en décembre 2021. Celle-ci peut désormais être classée comme une fibre à des fins d'étiquetage nutritionnel aux États-Unis. Une solide littérature scientifique a démontré que la gomme d'acacia est une fibre. La FDA a convenu que la fibre d'acacia a des effets physiologiques bénéfiques pour la santé humaine, tels que la réduction des taux de glucose sanguin et d'insuline, après avoir



été consommée avec un repas contenant un glucide qui augmente les taux de glucose sanguin. Deux laboratoires spécialisés en nutrition clinique, dont un universitaire, ont conçu et réalisé ces tests.

« Cette décision de la FDA aura un impact au-delà des États-Unis, car de nombreux pays appliquent les directives de la US Food and Health Authority sur leurs marchés locaux. Elle confirme également les bienfaits de la gomme d'acacia sur la santé humaine », expliquait à l'époque le Dr Isabelle Jaouen. Pour garantir une teneur minimale en fibres de 90 % (méthode internationale AOAC 985-29), Alland & Robert a créé la gamme Acacia Fibre, qui comprend des références seyal et senegal.

CONSOMMER QUOTIDIENNEMENT DE LA FIBRE D'ACACIA AMÉLIORE L'INCONFORT ET LES DOULEURS INTESTINALES

Désormais, en plus de sa polyvalence, la santé digestive peut s'ajouter à la liste des bienfaits de la fibre d'acacia. Alland & Robert a récemment mené une étude qui confirme que les personnes qui consomment quotidiennement de la fibre d'acacia voient leur santé intestinale s'améliorer. L'objectif de l'étude Alland & Robert était de fournir des données scientifiques qui appuieraient l'utilisation de fibre d'acacia en tant qu'améliorant de la santé intestinale. Or, la recherche scientifique a déjà mis en évidence qu'en plus d'être une fibre, la gomme d'acacia est un prébiotique. Alland & Robert a donc décidé d'aller plus loin et a mené une étude pour évaluer l'impact de la gomme d'acacia sur les consommateurs qui souffrent régulièrement de troubles intestinaux. Ces dernières années, le système gastro-intestinal a été lié à diverses problématiques générales de la santé humaine : de la gestion du poids à l'immunité, des maladies chroniques aux problèmes de sommeil et même à la santé de la peau. On estime qu'environ 70 millions de personnes sont touchées par des problèmes digestifs aux États-Unis. Alors que les scientifiques continuent d'explorer le rôle joué par le système gastro-intestinal sur la santé humaine, il ne fait aucun doute que le marché de la santé digestive continuera à prospérer : le marché mondial des produits de santé digestive devrait atteindre 59 milliards de dollars d'ici 20251. De nombreux consommateurs savent aujourd'hui qu'un intestin heureux et en bonne santé est la clé d'un bien-être général. La demande croît pour des aliments, boissons et de compléments alimentaires présentant un impact positif sur la santé digestive.

L'enjeu pour les fabricants de ces produits est de cerner les attentes de ces consommateurs et de leur fournir des produits sûrs et naturels qui répondent à leurs demandes. La fibre d'acacia est une option multifonctionnelle et naturelle pour formuler tous types de produits respectueux de l'intestin.

Alland & Robert a travaillé avec une entreprise leader dans le domaine de la connaissance des consommateurs. L'étude a consisté à recruter 240 consommateurs déclarant souffrir régulièrement de troubles intestinaux tels que flatulences, ballonnements, maux de ventre, transit accéléré ou ralenti. Les consommateurs ont été séparés en 3 groupes et ont pris divers dosages de fibre d'acacia quotidiennement pendant 2 mois. Après 60 jours, 80 % des consommateurs déclaraient que leur inconfort intestinal s'était amélioré. 78% des consommateurs ont convenu que la consommation quotidienne de fibre d'acacia avait un effet bénéfique sur leur santé digestive, et 88% des participants ont déclaré avoir des douleurs intestinales plus basses après 2 mois de consommation de fibre d'acacia. Selon le Dr Isabelle Jaouen, Directrice R&D d'Alland & Robert, cette étude montre que la fibre d'acacia améliore le bien-être digestif global et soulage les symptômes d'inconfort intestinal. Elle explique: « Les troubles intestinaux impactent la vie quotidienne d'une grande partie de la population humaine. Chez Alland & Robert, nous avons voulu explorer la possibilité que la fibre d'acacia apporte une réponse à ces



●●● besoins. Grâce à cette étude, nous pouvons affirmer que la fibre d'acacia contribue à l'amélioration de la santé intestinale et donc au bien-être général d'une grande majorité des personnes testées. Il est fort probable que la gomme d'acacia, en tant que fibre naturelle, nourrisse favorablement notre microbiote, ce qui est déjà décrit dans la littérature scientifique à propos de ses effets prébiotiques ».

DE NOMBREUSES APPLICATIONS POUR LES FIBRES PRÉBIOTIQUES

La recherche scientifique a démontré que la fibre d'acacia est une fibre prébiotique. Ses propriétés fonctionnelles en font un ingrédient parfait pour augmenter la teneur en fibres des aliments et des boissons. Et l'ajout de fibre d'acacia n'impacte et ne compromet ni la texture, ni l'apparence des produits. Selon le Professeur Christian Sanchez qui travaille sur la recherche fondamentale sur la gomme d'acacia au laboratoire IATE2 de l'Université de Montpellier, en France : « *Du fait de sa classification en tant que fibre et de ses propriétés émulsifiantes, la gomme d'acacia pourrait, en théorie, être utilisée dans toutes les formulations alimentaires, puisqu'elle présente également l'avantage d'être stable en température. Pensez compléments alimentaires, aux yaourts, aux produits laitiers et dérivés, ainsi qu'aux produits de boulangerie et plus largement à tous les produits à base de farine* ».

Violaine Fauvarque, responsable marketing chez Alland & Robert, ajoute : « Multifonctionnelle et polyvalente, la fibre d'acacia présente de nombreux atouts. Elle peut donner de la texture, adoucir un goût ou masquer un arrière-goût, tout en augmentant la teneur en fibres ou en prébiotiques. Le tout avec un apport très faible en calories. Aujourd'hui, notre étude montre que la fibre d'acacia trouve sa place dans les produits formulés pour améliorer le confort digestif. Cela confirme également que la fibre d'acacia répond de manière innovante aux défis rencontrés dans de nombreuses industries ! ».

Alland & Robert est un fabricant pionnier des exsudats d'arbres et des gommés naturelles depuis 1884, avec une forte expertise sur la gomme d'acacia. Les recherches d'Alland & Robert et leur étude sur la gomme d'acacia et la santé intestinale ont été résumées dans un document technique qui peut être demandé ici : <https://www.allandetrobert.com/acacia-gum-and-gut-health/> •

1: 2018 to 2025. <https://www.fiormarkets.com/report/digestive-health-products-market-by-ingredients-dairy-products-385973.html>
February 20, 2020.

2. In English: Agropolymers Engineering and Emerging Technologies / In French : Ingénierie des Agropolymères et Technologies Emergentes

* Local legislation should be checked for labelling options.

Notes :

Acacia fiber: a study confirms its benefits on gut health

Acacia fiber, also known as acacia gum or gum arabic, has the advantages of being 100 % plant-based, sustainable, multifunctional... but its benefits on digestive health can also be added to the list. A recent study conducted by French company Alland & Robert, one of the leading manufacturers of acacia gum worldwide, proves it: more than eight in ten people who have consumed acacia fiber every day for two months say that their intestinal well-being has improved.

Acacia Fiber is a natural, safe and plant-based additive or ingredient. It comes from an exudation of acacia trees after the incision of their stems and branches. Also called acacia gum, it has been used for centuries, provides many different functional properties and is perfect for fiber enrichment and nutritional improvement.

ACACIA FIBER, FOR FIBER ENRICHMENT AND MORE

Acacia Fiber is nowadays found in a wide variety of consumer products all over the world. Its fiber content will improve the nutritional profile of formulations, and its properties help to compensate the loss of texture, volume and mouthfeel in food and beverages that contain low fat or low sugar. These qualities make acacia fiber ideal for dietary applications, supplements and vegan products, and for any fiber enrichment purposes.

In Europe, acacia gum is recognized as a fiber. Nutrition claims are applicable for acacia gum: either "source of fiber" or "high in fiber", depending on the dosage.*

In the United States, the dietary fiber status of gum acacia has been approved by the Food & Drug Administration in December 2021. It can now be classified as a fiber for nutrition labelling purposes in the United States. Strong scientific literature demonstrates that acacia gum is a fiber. The FDA agreed that acacia gum has physiological effects beneficial to human health, such as the reduction of blood glucose and insulin levels after it is eaten with a meal containing a carbohydrate that raises blood glucose levels. Two laboratories specialized in clinical nutrition, including a university, designed and carried out these tests.

"This FDA decision will have an impact beyond the United States as many countries apply US Food and Health Authority guidelines in their local markets. It also confirms the benefits of acacia gum on human health," explained at the time Dr. Isabelle Jaouen, R&D Director at Alland & Robert.

To guarantee a minimum fiber content of 90 % (international method AOAC 985-29), Alland & Robert has created the range Acacia Fibre including seyal and senegal references.

CONSUMING ACACIA FIBER DAILY IMPROVES INTESTINAL DISCOMFORT AND PAIN

Now, in addition to its versatility, digestive health can be added to the list the benefits of acacia fiber. Alland & Robert recently conducted a study that confirms that people who consume acacia fiber every day improve their intestinal health. The objective of the Alland & Robert study was to provide



... scientific data that support the use of acacia fiber as a gut health improver. Scientific research has already highlighted that in addition to being a fiber, acacia gum is a prebiotic. Alland & Robert decided to go further and conducted a study to evaluate the impact of acacia fiber on consumers who suffer from intestinal disorders regularly.

In recent years, the gastrointestinal system has been linked to general health: from weight management to immunity to chronic illnesses, and even to sleep problems or skin health. About 70 million Americans are estimated to be affected by digestion discomforts. As scientists continue to explore the role played by the gastrointestinal system on human health, there is no doubt that the digestive health market will continue to boom: the global digestive health products market is expected to grow to \$ 59 Billion by 2025¹. Many consumers today know that a happy, healthy gut is key for overall wellbeing. There is significant demand for food, beverages and dietary supplements with digestive health advantages. Manufacturers must understand the expectations of consumers and provide safe and natural products that answer their demands. Acacia fiber is a multi-functional and natural option to formulate gut-friendly food and beverages.

Alland & Robert worked with a leading company in consumer insight. The study consisted in the recruitment of 240 consumers who declared they suffer regularly from intestinal disorders such as flatulence, bloating, stomach aches, accelerated or slowed down transit. Consumers were separated in 3 groups and took various dosages of acacia fiber daily for 2 months. After 60 days, 80% of the consumers declared their intestinal discomfort had improved. 78% of consumers agreed the intake of acacia fiber daily had a beneficial effect on their digestive health, and 88% of the participants said they had low intestinal pain after 2 months of consuming acacia fiber. According to Dr. Isabelle Jaouen, this study shows that acacia fiber improves global digestive wellness and



relieves the symptoms of intestinal discomfort. She declared: *"Intestinal disorders impact the daily lives of a large portion of the human population. At Alland & Robert, we wanted to explore the possibility that acacia fiber would provide an answer to these needs. Thanks to this study, we can affirm that acacia gum contributes to the improvement of the gut health and therefore the general well-being of a large majority of those tested. It is very likely that acacia gum, a natural fiber, favorably feeds our microbiota, which has already been described in the scientific literature in connection with its prebiotic effects"*.

AS A PREBIOTIC FIBER, ACACIA FIBER CAN BE USED FOR THE FORMULATION OF MANY APPLICATIONS

Scientific research has shown that acacia gum is a prebiotic fiber. Its functional properties make it a perfect ingredient to enhance the fiber content of food and beverages. And the addition of acacia fiber doesn't impact or compromise the texture, appearance or texture of a product. According to Professor Christian Sanchez who works on basic research on acacia gum at the IATE2 laboratory at the University of Montpellier, France: *"Because of its classification as a fiber and its emulsifying properties, acacia gum could, theoretically, be used in all formulated food products since it also has the advantage of being temperature stable. Think yogurts, dairy products and derivatives, as well as baked goods and, more broadly, any flour-based products"*.

Violaine Fauvarque, Marketing Manager at Alland & Robert, added: *"Multifunctional and versatile, acacia fiber has many advantages. It can give texture, sweeten a taste or mask an aftertaste, and it can increase the fiber or prebiotic content with a very low-calorie intake. Our study shows that acacia fiber is a good fit in products formulated to improve digestive comfort. This also confirms that acacia fiber responds in an innovative way to the challenges encountered in many industries!"*.

Alland & Robert is a leading manufacturer of tree exudates and natural gum since 1884, with a strong expertise on acacia gum. Alland & Robert research and their study on acacia gum and gut health has been summarized in a technical paper that can be requested here: <https://www.alland-robert.com/acacia-gum-and-gut-health/> •

1: 2018 to 2025. <https://www.fiormarkets.com/report/digestive-health-products-market-by-ingredients-dairy-products-385973.html> February 20, 2020.

2. In English: Agropolymers Engineering and Emerging Technologies / In French : Ingénierie des Agropolymères et Technologies Emergentes

* Local legislation should be checked for labelling options.