



Nutravitplus



Más Proteína

Que Protege el Músculo



Las proteínas son nutrientes importantes formadas por aminoácidos. Las proteínas son el principal componente de los músculos y tejidos del cuerpo.¹

La proteína tiene una amplia gama de funciones en el cuerpo humano, como actividad enzimática, transporte de nutrientes y otros compuestos bioquímicos.²

PAPEL DE LAS PROTEÍNAS¹



Contribuyen al crecimiento



Ayudan a la formación y mantenimiento de los músculos



Transporta oxígeno en la sangre (hemoglobina)



La función más importante de las proteínas de los alimentos consiste en regular los procesos anabólicos; por ello, se piensa que **el ejercicio de alto rendimiento requiere un mayor aporte de proteínas.**¹

Se recomienda ingerir una **cantidad suficiente de proteínas en cada comida para mejorar la salud muscular.**⁶

BENEFICIOS DE LA PROTEÍNA



LAS PERSONAS QUE REALIZAN ACTIVIDAD FÍSICA INGIEREN PROTEÍNAS PARA AUMENTAR LA FUERZA, FUNCIÓN Y MASA MUSCULAR.⁴



PROTEÍNAS EN ANCIANOS



- El consumo de proteína en esta etapa de la vida es de gran importancia ya que **su baja ingesta se relaciona con pérdida ósea.**⁵
- Otro problema asociado al **bajo consumo de proteínas en la dieta es la pérdida de masa muscular.**⁶
- Una dieta alta en proteína **ayuda a preservar la masa muscular magra.**⁸



Es un **suplemento alimenticio** adicionado con vitaminas, minerales y ácidos grasos poliinsaturados omega-3 que **ayuda a cubrir las demandas energéticas** de las personas que practican regularmente ejercicio de alto rendimiento.

LAS PROTEÍNAS TAMBIÉN AYUDAN A CONTROLAR EL PESO CORPORAL POR DIFERENTES MECANISMOS:³



Control del apetito



Aumento del gasto energético



Aumentan la pérdida de grasa. Disminuyen la pérdida de masa muscular

OTROS BENEFICIOS DE LA PROTEÍNA EN LA SALUD⁷



- Prevención de enfermedades cardiovasculares
- Reduce el colesterol y triglicéridos
- Efectos en la salud de los huesos



NutraCeltics

Nutravitplus



Más Proteína
Que Protege el MÚSCULO



CARACTERÍSTICAS

Contiene prebióticos de inulina de agave, 27 vitaminas y minerales. Endulzado con sucralosa para un menor aporte de calorías.

RECOMENDACIONES DE USO

Nutravitplus AP + Proteína es un suplemento alimenticio indicado para personas que estén bajo un régimen de alimentación y/o requieran complementar su alimentación con proteínas, vitaminas, minerales y prebióticos. Se recomienda tomarlo una o dos veces al día de preferencia por la mañana y la noche.

INGREDIENTES

Proteína de soya, suero de leche, inulina de agave, maltodextrina, premezcla de vitaminas y minerales, carbonato de calcio, sucralosa, dióxido de silicio coloidal, saborizante chocolate, vainilla o fresa (sabor chocolate contiene cocoa y sabor fresa contiene laca aluminica color rojo No. 40).

MODO DE EMPLEO:

Mezclar 3 cucharadas (33 g) de Nutravitplus AP + Proteína en un vaso de 240 ml de agua o leche preferentemente fría. Para obtener mejores resultados de homogenización, se recomienda prepararlo en la licuadora mezclando durante 10 segundos o agitando fuertemente durante 15 a 20 segundos en un envase cerrado.

PRESENTACIÓN

Bote con 425 g de polvo, sabores chocolate, vainilla y fresa.

LEYENDAS DE ADVERTENCIA

ESTE PRODUCTO NO ES UN MEDICAMENTO. EL CONSUMO DE ESTE PRODUCTO ES RESPONSABILIDAD DE QUIEN LO RECOMIENDA Y DE QUIEN LO USA.

Una vez abierto, tape y conserve en un lugar fresco y seco.

Fabricado y distribuido en México por:

INVESTIGACION FARMACÉUTICA S.A DE C.V.

Calle 13 Este No. 5, CIVAC, C.P. 62578,
Jiutepec, Morelos, México.

CONTENIDO EN PROTEÍNA DE NUTRAVITPLUS AP + PROTEÍNA

Vainilla	Fresa	Chocolate
21 gr. c/agua	21 gr. c/agua	23 gr. c/agua
28 gr. c/leche	26 gr. c/leche	29 gr. c/leche

Referencias

- Hoffman K, Falvo M. Protein – Which is the best? Journal of Sports Science and Medicine 2004;3:118-130
- Mæhre H, Dalheim L, Edvinsen G, Elvevoll E, Jensen I-J. Protein determination – Method matters. Foods 2018, 7, 5; doi:10.3390/foods7010005.
- Noakes, M, (2018) Protein Balance: New Concepts for Protein in Weight Management; CSIRO, Australia.
- Wolfe R. Protein supplements and exercise. Am J Clin Nutr 2000;72(Suppl):551S-7S.
- Hannan M, Tucker K, Dawson-Hughes B, Cupples A, Felson D, Kiel D. Effect of dietary protein on bone loss in elderly men and women: The Framingham Osteoporosis Study. Journal of Bone and Mineral Research 2000;15(12):2504-2512.
- Paddon-Jones D, Rasmussen B. Dietary protein recommendations and the prevention of sarcopenia. Cur Opin Clin Nutr Metab Care 2009;12(1):86-90. doi:10.1097/MCO.0b013e32831cef8b.
- Torres y Torres N, Tovar-Palacio A. La historia del uso de la soya en México, su valor nutricional y su efecto en la salud. Salud Pública de México 2009;51(3):246-254.
- Paciente con obesidad. Intervención Dietética: México: Instituto Mexicano del Seguro Social, Evidencias y Recomendaciones Catálogo Maestro Guías de Práctica Clínica: IMSS-684-13. 2013.

