



POWER WHEY PROTEIN ISOLATE



SUPLEMENTO PROTEICO EN POLVO PARA DEPORTISTAS, ADICIONADO DE VITAMINAS, MINERALES Y L-CARNITINA.

Presentación potes: Potes de 2Lb (908 g) y 4 Lb (1.816 g), sabores frutilla y vainilla.

COMPOSICIÓN / DISTRIBUCIÓN CALÓRICA:

- ✓ **PROTEÍNAS 100%**
 Proteína de alto valor biológico: aislado de proteína de suero de leche de 7ª generación (con alto contenido proteico y sin grasa ni lactosa) y caseinato de calcio. Ofrece un espectro completo de péptidos con elevadas concentraciones para una óptima formación de masa muscular.
- ✓ **14 VITAMINAS Y 14 MINERALES**
 Contiene los minerales y vitaminas necesarios para una correcta metabolización de los principios activos.
- ✓ **LIBRE DE GRASAS, AZÚCARES Y GLUTEN**

- ✓ **SABORES: FRUTILLA Y VAINILLA**
- ✓ **AHORA CON EL AGREGADO DE L-CARNITINA (CARNIPURE®)**
- ✓ **POR PORCIÓN APORTA:**
 PROTEÍNAS 37 g
 BCAAS 8,1 g
 GLUTAMINA 6,7 g

INDICACIONES:

Para deportistas que buscan aumentar su masa y fuerza muscular. Mejora la recuperación muscular post-ejercicio.

MODO DE USO:



Consumir inmediatamente post-ejercicio para un mayor efecto. También se puede consumir en la noche, preparando una medida (20 g) en 100 ml para prevenir el catabolismo muscular nocturno.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Porción: 40 g de polvo (2 medidas dosificadoras)

Porción de producto listo para consumo: 250 ml (40 g de polvo + 200 ml de leche descremada*)

	Cantidad por porción (40 g) de polvo sin preparar o listo para el consumo con agua	%VD (*)	Cantidad por porción de producto listo para el consumo con leche descremada
Valor energético	148 = 619 Kcal = kJ	8	210 = 879 Kcal = kJ
Carbohidratos totales	0 g	0	9,4 g
de los cuales:			
Azúcares (mono y disacáridos)	0 g	**	9,4 g
Polisacáridos	0 g	**	0 g
Proteínas	37 g	49	42 g
Grasas totales	0 g	0	0 g
de las cuales:			
Grasas saturadas	0 g	0	0 g
Grasas trans	0 g	0	0 g
Fibra alimentaria	0,8 g	2	0,8 g
Sodio	90 mg	6	190 mg
Potasio	380 mg	**	695 mg
Cloruro	121 mg	**	121 mg
L-Carnitina	100 mg	**	100 mg
Vitamina A	173 mcg	29	173 mcg
Vitamina D	2,1 mcg	42	2,1 mcg
Vitamina C	25 mg	56	25 mg
Vitamina E	9,5 mg	95	9,5 mg
Tiamina	0,42 mg	35	0,42 mg
Riboflavina	0,47 mg	36	0,47 mg
Niacina	4,2 mg	26	4,2 mg
Vitamina B6	0,42 mg	32	0,42 mg
Ac. Fólico	84 mcg	21	84 mcg
Vitamina B12	1,3 mcg	54	1,3 mcg
Biotina	5,5 mcg	18	5,5 mcg
Ac. Pantoténico	1,5 mg	30	1,5 mg
Calcio	400 mg	40	660 mg
Hierro	3,6 mg	26	3,6 mg
Magnesio	99 mg	39	127 mg
Zinc	7,2 mg	99	7,2 mg
Yodo	35 mcg	26	35 mcg
Vitamina K	17 mcg	26	17 mcg
Fósforo	260 mg	43	452 mg
Cobre	483 mcg	51	483 mcg
Selenio	13 mcg	35	13 mcg
Molibdeno	20 mcg	42	20 mcg
Cromo	14 mcg	40	14 mcg
Manganeso	0,57 mcg	24	0,57 mcg
Colina	44 mg	8	44 mg

(*) % Valores diarios en base a una dieta de 2.000 kcal u 8.400 kJ. Sus valores diarios pueden ser mayores o menores dependiendo de sus necesidades energéticas.

(**) % VD no establecidos.

*Leche descremada contenido grasa 0,1%.

**Incluye los aportes de la leche descremada en las cantidades indicadas en *Modo de preparación*.

PWP Power Whey Protein es una fórmula en polvo para enriquecimiento proteico puro de la dieta, con alta concentración de aminoácidos de cadena ramificada (BCAA), constituyentes indispensables del músculo esquelético, debido a su contenido de Beta-lactoglobulina.

Otro de sus componentes, la Alfalactoalbúmina es la mayor fuente de triptofano de las fuentes proteicas alimentarias.

El Whey Protein es también rico en cisteína, precursor del glutatión, uno de los antioxidantes orgánicos más importantes para contrarrestar la acción negativa de los radicales libres de oxígeno que se producen en ejercicio extremo.

También posee alto contenido de Glicomacropéptidos, capaces de mejorar la absorción de minerales y estimuladores de la secreción de colecistoquinina (CCK), un importante inhibidor del apetito.

Al igual que con el WP Whey Protein de Cía. Cibeles, es necesario aclarar que existen diferentes métodos de elaboración del Whey Protein, con los cuales se producen productos de diferentes calidades y esto explica su precio pero también sus cualidades.

De este modo se puede encontrar concentrado de Whey Protein de inferior calidad que poseen (y se debe detallar en su etiquetado) restos de grasa y carbohidratos (lactosa) de la leche con efecto potencial negativo.

El aislado de Whey Protein utilizado en PWP no posee estos restos y por ello se puede apreciar que no posee ni grasa ni carbohidratos. Las diferentes concentraciones de proteína, péptidos y contenido de grasa, lactosa y minerales explican los valores biológicos y la biodisponibilidad de proteína así como afectan los resultados esperados. PWP Power Whey Protein contiene aislado de proteína de suero de leche de última generación y máxima biodisponibilidad asegurando un producto de óptima calidad y sin contaminantes no deseados.

El efecto principal del Whey Protein se da en la ganancia de masa muscular sobre todo por su riqueza en BCAA (leucina, isoleucina y valina), aminoácidos de uso preferencial del músculo esquelético. Estos aminoácidos actúan como generadores de energía, favorecen la recuperación luego del ejercicio y participan de los procesos de síntesis proteica.

En estudios realizados en deportistas se comprobó una ganancia significativa de masa muscular en los grupos suplementados con Whey Protein.

También se ha demostrado mejoría de poder antioxidante debido a la abundancia de cisteína, precursor de glutatión que protege al organismo de los radicales libres de oxígeno mejorando la potencia y el rendimiento durante la actividad física.

Existe evidencia que el Whey Protein estimula la liberación de hormonas inhibitoras del apetito como la CCK y la GLP-1 por lo que está indicado su uso en dietas de reducción de peso, donde también es fundamental la conservación de la masa magra corporal así como en personas que necesitan de altos aportes de proteína de máxima pureza como en pacientes sometidos a cirugía bariátrica.

PWP contiene además caseinato de calcio como fuente de glutamina, un aminoácido condicionalmente esencial, en situaciones de alta demanda. PWP presenta el perfil de componentes de una proteína ideal tanto en cantidad como en calidad.

PWP está enriquecido con todas las vitaminas y minerales necesarios para cubrir los requerimientos diarios así como la metabolización correcta de los componentes proteicos.

IMPORTANTE: SE ACONSEJA EL CONSUMO DE PWP JUNTO A LA REALIZACIÓN DE ACTIVIDAD FÍSICA PARA LOGRAR LOS EFECTOS ESPERADOS.

PERFIL DE AMINOÁCIDOS		Aminoácido	Cantidad por porción (mg/40 g de polvo)
Aminoácido	Cantidad por porción (mg/40 g de polvo)	Histidina	783
Ac. Aspártico	3692	Lisina	2924
Treonina	2433	Arginina	854
Serina	1873	Prolina	2805
Ac. Glutámico	6770	Cistina	757
Glicina	584	Metionina	812
Alanina	1622	Triptófano	584
Valina (*BCAA)	2183	Glutamina 6,7 g / porción	
Isoleucina (*BCAA)	2181	Total BCAA 8,1 g / porción	
Leucina (*BCAA)	3693	(*BCCA) Aminoácidos de cadena ramificada	
Tirosina	1281		
Fenilalanina	1202		



Elaborado por Cía. Cibeles S.A.



Ruta 74, km 26, Suárez, Canelones - Uruguay
Tel: 2209 1001 - Fax: 2208 8110

nutricion@cibeles.com.uy
www.cibeles.com.uy