

 **infisport**<sup>®</sup>  
SCIENCE NUTRITION.



**DOSSIER**

**INFISPORT.COM**



# [ ÍNDICE ]

## BLOQUE I

### FISIOLOGÍA DEL EJERCICIO

|                                                             | I Pág |
|-------------------------------------------------------------|-------|
| 1. Metabolismo Energético .....                             | 4     |
| 1.1 Sustratos energéticos                                   |       |
| 2. Catabolismo Muscular .....                               | 7     |
| 2.1 Deportes de Resistencia                                 |       |
| 2.2 Deportes interválicos, explosivos, fuerza e hipertrofia |       |
| 3. Hidratación .....                                        | 11    |
| 4. Umbrales Aeróbico y Anaeróbico .....                     | 14    |
| 4.1 Umbral aeróbico y anaeróbico                            |       |
| 5. Frecuencia Cardíaca .....                                | 20    |
| 6. Factores limitantes del rendimiento .....                | 22    |
| 6.1 Acidosis metabólica                                     |       |
| 6.2 Carencias Nutricionales                                 |       |
| 6.3 Estrés oxidativo y procesos inflamatorios               |       |

## BLOQUE II

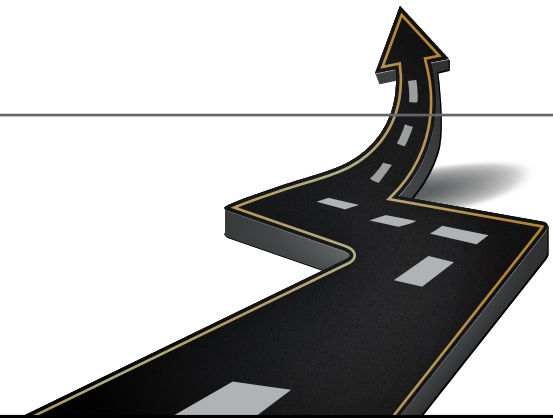
### ALIMENTACIÓN

|                                                        | I Pág |
|--------------------------------------------------------|-------|
| 7. Funciones de los Nutrientes y Micronutrientes ..... | 32    |
| 7.1 Hidratos de Carbono                                |       |
| 7.2 Grasas                                             |       |
| 7.3 Proteínas                                          |       |
| 7.4 Vitaminas y minerales                              |       |

## BLOQUE III

### COMPLEMENTOS ALIMENTICIOS PARA EL DEPORTISTA

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | I Pág |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| 8. Funciones de los Complementos Alimenticios para el Deportista ....                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 41    |
| 8.1 Función Energética. Hidratos de carbono                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |       |
| 8.2 Plástica y estructural. Proteínas                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |       |
| 8.3 Protectora. Vitaminas y minerales, ácidos grasos esenciales y fibra                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |       |
| 9. Clasificación de las familias por momento de consumo .....                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 51    |
| <div style="display: flex; justify-content: center; align-items: center; gap: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px 5px; background-color: #f08080;">ANTES</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px 5px; background-color: #f08080;">DURANTE</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px 5px; background-color: #f08080;">DESPUÉS</div> </div> <div style="display: flex; justify-content: center; align-items: center; gap: 10px; margin-top: 5px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px 5px; background-color: #f08080;">PERIÓDICOS</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px 5px; background-color: #f08080;">OTROS MOMENTOS</div> </div> |       |
| 10. Aplicación de los Complementos Alimenticios por momento de consumo y familia .....                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 53    |
| 11. Catálogo y Fichas Técnicas .....                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 63    |
| 11.1 Carbohidratos                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |       |
| 11.2 Carbohidratos & Proteínas                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |       |
| 11.3 Sales Minerales                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |       |
| 11.4 Proteínas y Aminoácidos                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |       |
| 11.5 Control de Peso                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |       |
| 11.6 Suplementos                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |       |
| 11.7 Niños y Jóvenes deportistas                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |       |
| 12. Anexos .....                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 192   |
| 12.1 Anexo I                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |       |
| 12.2 Anexo II                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |       |





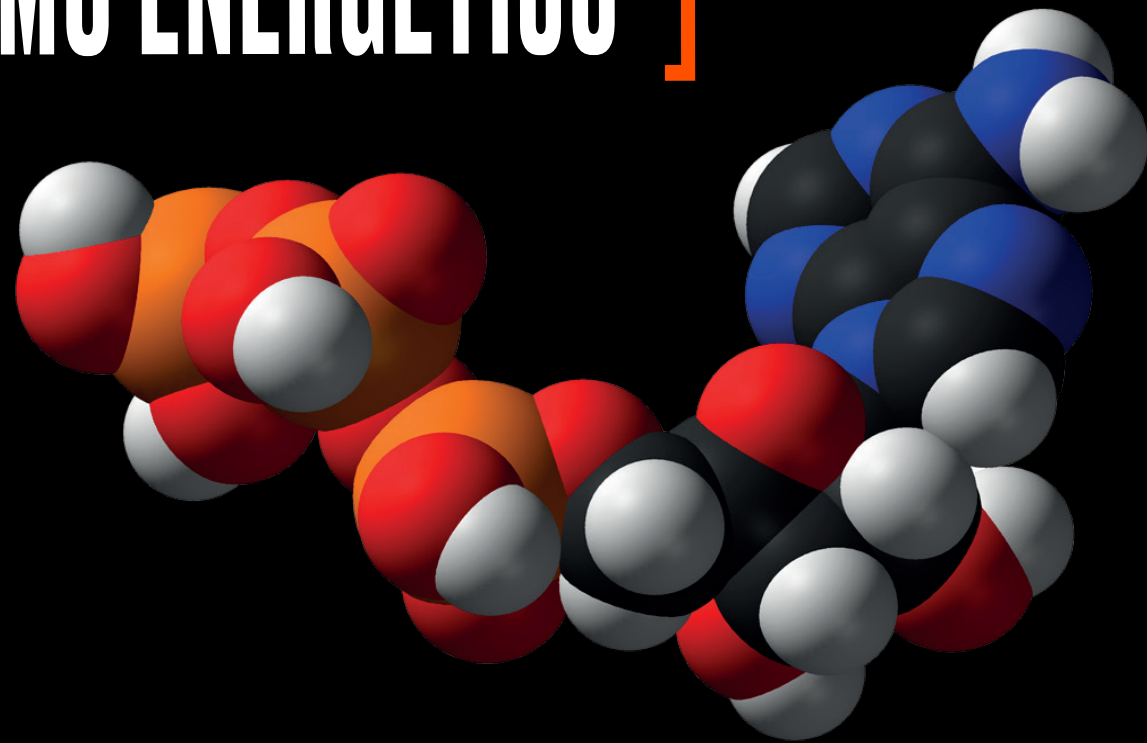


# BLOQUE I

## FISIOLOGÍA DEL EJERCICIO



# [ 1. METABOLISMO ENERGÉTICO ]





La activación de las fibras musculares para generar movimiento mediante la contracción muscular requiere una determinada producción de energía, que se obtiene a partir de la reserva de fosfágenos, la glucólisis y la oxidación de sustratos energéticos almacenados en nuestro organismo en forma de energía química. Disponemos de una molécula llamada ATP, que es la encargada de transformar la energía química en energía mecánica. En base a la demanda energética, marcada principalmente por la intensidad y duración de la actividad física, deberemos producir una mayor o menor cantidad de ATP para generar el movimiento demandado, pero a la vez, también ese ATP producido nos servirá para sintetizar nuevos sustratos energéticos cuando se vaya agotando el glucógeno disponible, al mismo tiempo que vamos utilizando otros (grasas y proteínas si el ejercicio es intenso y prolongado).

### 1.1 SUSTRATOS ENERGÉTICOS

#### FOSFÁGENOS

##### O MOLÉCULAS SUMINISTRADORAS DE ENERGÍA INMEDIATA

- **ATP.** Es la fuente de energía más rápida e inmediata. Sin embargo, las reservas de ATP en el músculo son bajas, agotándose en escasos segundos.
- **Fosfocreatina.** La fosfocreatina también es almacenada en el músculo. Un músculo descansado contiene unas 4 veces más fosfocreatina que ATP. Por la velocidad con la que se resintetiza el ATP, estos depósitos producen energía inmediata, pero son muy limitados y en contracciones musculares máximas se agotan en 20-30 segundos aproximadamente.

Por este motivo, cuando la demanda energética continúa, el ATP se continuará resintetizando a partir de los sustratos almacenados.

#### GLUCÓGENO MUSCULAR & HEPÁTICO

El glucógeno es la glucosa almacenada en el músculo esquelético y el hígado. Se almacena mediante la adecuada ingesta de hidratos de carbono (CHO). Si esta ingesta fuera demasiado baja, el glucógeno lo debe sintetizar el organismo a partir de grasa y proteínas (aminoácidos), lo cual requiere utilizar ATP, a la vez que se generan productos de desecho que debemos eliminar.

Por eso es tan importante la ingesta adecuada de carbohidratos.

Tras los fosfágenos, es la fuente más rápida de generar ATP y por lo tanto, de producir energía.

- **Glucógeno muscular:** La glucosa almacenada como glucógeno en el músculo se oxida únicamente en las células musculares, produciendo la energía que demandan las fibras musculares para activar su movimiento. No puede salir del músculo porque está unida a una molécula de fosfato (está fosforilada), por tanto no se puede utilizar para mantener la glucemia.
- **Glucógeno hepático:** su función fundamental es el mantenimiento de los niveles de glucemia (cantidad de glucosa en sangre) adecuados para que el cerebro no sufra por hipoglucemia, ya que para las neuronas es imprescindible la disponibilidad continua de glucosa en niveles adecuados. En situación de esfuerzo físico intenso y/o prolongado, parte de esta glucosa contenida en forma de glucógeno sale a la sangre y es captada por las células musculares.

### LÍPIDOS (GRASAS)

En nuestro organismo los lípidos o grasas están almacenados en forma de triglicéridos (o triacilglicéridos). Están ubicados dentro de la fibra muscular y en los adipocitos que forman nuestras reservas de grasa.

Los ácidos grasos que proceden de los triglicéridos de la fibra muscular, se pueden utilizar directamente en la producción de energía, en cambio los que provienen de los adipocitos deben ser transportados por la sangre hasta el músculo unidos a un transportador específico: una proteína llamada albúmina.

Los lípidos son la principal reserva energética del organismo y constituyen una fuente casi inagotable de energía.

### PROTEÍNAS

En el músculo se encuentra la mayor parte de los aminoácidos libres que están presentes en el organismo. Las proteínas pueden ser degradadas durante el ejercicio dando lugar a los aminoácidos que las constituyen. La oxidación de estos aminoácidos se produce también dentro de las mitocondrias y como su nombre indica, este proceso de obtención de energía requiere oxígeno, por tanto forma parte del metabolismo aeróbico.

Durante la práctica de ejercicio físico, cuando las reservas de glucógeno son bajas, las proteínas son convertidas en aminoácidos para poder utilizarlos como fuente de energía, bien mediante la oxidación (ciclo de Krebs y cadena respiratoria mitocondrial) o bien para síntesis de nuevas moléculas de glucosa, aunque ambas rutas suelen ir juntas.





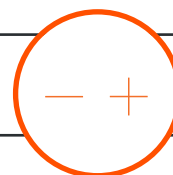
## [ 2. CATABOLISMO MUSCULAR ]



MILES DE CONTRACCIONES



EFECTO

ROTURA Y DESESTRUCTURACIÓN  
DE FIBRAS MUSCULARES

INTENSIDAD



DURACIÓN



FRECUENCIA



FORMA FÍSICA



GENÉTICA

Uno de los objetivos del entrenamiento específico, **es desarrollar** la capacidad del Sistema Nervioso Central para reclutar nuevas fibras musculares destinadas a mantener la producción de fuerza muscular y con ello, **la intensidad y ritmo del ejercicio**.

Para que esta capacidad se desarrolle de forma efectiva, **es fundamental un aporte diario equilibrado de proteína** que permita compensar **el daño producido por el ejercicio en los entrenamientos y competiciones**, además del resto de necesidades orgánicas.

Las proteínas están formadas por estructuras de 20 aminoácidos distintos. **El organismo puede sintetizar 10, denominados no esenciales**. Los otros 10, necesarios para la síntesis y formación de proteínas, **no los fabrica** (por eso se llaman **esenciales**) **y se obtienen** mediante **la alimentación**, siendo las fuentes más abundantes los alimentos proteicos de origen animal.

En la edad adulta ya sólo se necesitan 8 aminoácidos, los restantes los puede sintetizar bien el organismo.



### | 2.1 DEPORTES DE RESISTENCIA

#### DEPORTES DE RESISTENCIA



Los deportes de resistencia se caracterizan en términos de intensidad, por predominar los esfuerzos a intensidades bajas y medias con duraciones desde las 2 hasta las 24 horas, incluso más en pruebas de ultra fondo.

En este tipo de esfuerzo, el daño muscular depende en gran medida de la duración del ejercicio, así como de la frecuencia de contracción, si bien es cierto que en pruebas de larga distancia, el descenso del balance de electrolitos y glucógeno muscular no compensado, **promueve la degradación de las proteínas musculares** en aminoácidos para la obtención de energía, aumentando con ello el daño muscular.

## | 2.2 DEPORTES INTERVÁLICOS, EXPLOSIVOS, FUERZA E HIPERTROFIA.

## DEPORTES INTERVÁLICOS, EXPLOSIVOS, FUERZA E HIPERTROFIA



El denominador común en este tipo de esfuerzo es **la elevada intensidad de ejecución durante espacios cortos de tiempo**, tanto en los entrenamientos como en las propia competiciones.

En deportes donde la preparación física tiene como objetivo el aumento de fuerza, potencia y velocidad, **el daño muscular es mayor** que en los deportes de resistencia, por lo que las necesidades de proteína diaria **son proporcionalmente** más elevadas.



# [ 3. HIDRATACIÓN ]





**AGUA**

Es el componente más abundante del organismo humano, esencial para la vida. Es un nutriente acalórico (no aporta calorías) necesario para que el organismo se mantenga correctamente estructurado y en perfecto funcionamiento. La pérdida de tan sólo un 10% del agua corporal supone un grave riesgo para la salud.

El agua está implicada de forma directa en diferentes funciones:

- /// Refrigeración.
- /// Aporte de nutrientes a las células musculares.
- /// Eliminación de sustancias de desecho.
- /// Lubricación de articulaciones.
- /// Regulación de electrolitos en sangre.
- /// Equilibrio de líquidos y regulación de la temperatura corporal.

EJERCICIO

Aumento de  
temperatura corporal

Pérdida de agua  
y electrolitos

Efecto sobre el rendimiento  
deportivo y funciones vitales

**INTENSIDAD + DURACIÓN + FRECUENCIA + TEMPERATURA + ADAPTACIÓN**

La cantidad total de agua del organismo se mantiene dentro de unos límites muy estrechos debido a un perfecto equilibrio entre el volumen de líquido ingerido y el excretado por el organismo.

Las fuentes de agua son las bebidas, los alimentos y el agua producida por el metabolismo general del cuerpo. Toda esta cantidad de agua debe cubrir las pérdidas diarias de la misma a través de la orina, heces, sudor y vapor de agua eliminado a través de los pulmones durante la respiración.

La mayor cantidad de agua se almacena en el músculo (72% de su peso es agua), conteniendo en cambio el tejido graso una proporción bastante menor.

El organismo humano es homeotermo, es decir, tiende a mantener una temperatura constante. Cuando practicamos ejercicio generamos mucho calor que debe ser eliminado. Para lograrlo y mantener la temperatura, dispone de varios mecanismos de refrigeración, de los cuales, el más eficaz, es la sudoración.

Sudar comporta la pérdida de gran cantidad de agua y electrolitos (sales minerales disueltas en él), que son de vital importancia en la regulación de los procesos osmóticos del medio interno. Estos electrolitos son fundamentalmente: sodio, magnesio, potasio y cloro. También se pierde zinc, aunque no se considera técnicamente un electrolito, pero desempeña funciones vitales en el organismo, y no siempre la ingesta cubre las necesidades básicas, ya que los carbohidratos refinados, que suelen constituir hasta el 60 o 65% de calorías en la dieta diaria del deportista, no lo contienen.

Si mantener una correcta hidratación es especialmente importantes para el mantenimiento de la salud, aún lo es más en el rendimiento del deportista. Y es que, la fatiga se relaciona con el agotamiento de los depósitos de carbohidratos, pero también con la deshidratación. La termorregulación y el equilibrio de líquidos son factores fundamentales en el rendimiento deportivo.





# [ 4. UMBRALES AERÓBICO Y ANAERÓBICO ]



VO<sub>2</sub>

Máximo volumen de oxígeno que nuestro organismo puede utilizar por unidad de tiempo para producir energía oxidando sustratos energéticos. Se expresa en ml/kg/min.

Paralelamente, podemos definir la **Potencia Aeróbica** como la máxima cantidad de energía que los músculos pueden obtener por las vías aeróbicas en la unidad de tiempo elegida, en este caso 1 minuto.

Este dato se obtiene mediante una prueba de esfuerzo con gases expirados (ergoespirometría), que es totalmente recomendable para todo el que se inicia en el deporte. En ella se evalúa también el comportamiento eléctrico del corazón durante el esfuerzo.

A la vez, los datos metabólicos obtenidos permiten conocer las capacidades fisiológicas deportivas y son de gran ayuda para la planificación del entrenamiento.

El VO<sub>2</sub>max viene determinado fundamentalmente por la genética y el margen de mejora mediante el entrenamiento es bajo.



### | 4.1 UMBRAL AERÓBICO Y ANAERÓBICO

#### UMBRAL AERÓBICO

Ejercicio intensidad moderada



Obtención de energía por rutas aeróbicas hay presencia de oxígeno, la grasa principal fuente de energía (metabolismo aerobio)



Aumento de la intensidad del ejercicio



Entran fuentes adicionales de energía por vía anaeróbica (glucólisis anaerobia, no hay presencia de oxígeno)



Llegamos al Umbral Aerobio o Aeróbico

#### UMBRAL ANAERÓBICO

Aumento de intensidad del ejercicio desde el Umbral Aeróbico



Aumento en la producción de cargas ácidas, pero la célula todavía tiene la capacidad de neutralizarlas



Aumento de la intensidad del ejercicio



No hay capacidad para neutralizar las cargas ácidas generadas por la glucólisis anaeróbica



Llegamos al Umbral Anaerobio o Anaeróbico



El metabolismo aeróbico genera energía oxidando sustratos energéticos (por eso se llama “con presencia de oxígeno”), en cambio el metabolismo anaeróbico no utiliza el oxígeno para generar la energía.

Así pues, en la realización de cualquier trabajo, la intensidad del mismo determinará la cantidad de energía necesaria por unidad de tiempo y, en consecuencia, la vía o vías para su producción. Si la intensidad del trabajo va aumentando, llegará un momento en que el flujo de energía obtenido (cantidad de energía obtenida por unidad de tiempo) por la vías aeróbicas será insuficiente con respecto a las necesidades del momento y el músculo tendrá que recurrir a la glucólisis anaerobia, con la consiguiente producción de acidez. Estas cargas ácidas producidas tienden a inducir alteraciones en el equilibrio ácido-base, obligando al organismo a compensar dicho desequilibrio.

El punto en el cual el metabolismo aerobio se hace insuficiente para satisfacer las demandas energéticas del músculo y, en consecuencia, es necesario recurrir a las fuentes anaeróbicas adicionales de suministro energético recibe el nombre de **“Umbral Aerobio o Aeróbico”**.

Asimismo, definiremos la **“Capacidad Aeróbica”** como la cantidad total de energía aportada por las vías aeróbicas e indica el tiempo y la máxima intensidad de trabajo que el sujeto es capaz de realizar sin necesidad de recurrir de forma mayoritaria a las vías anaeróbicas.

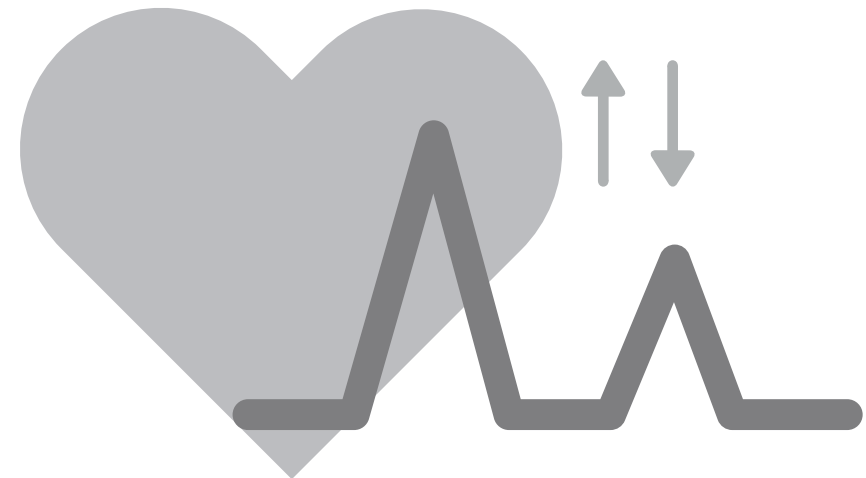
Cuando no hay presencia de oxígeno en la producción de energía, debido a la intensidad del esfuerzo, que demanda una gran cantidad de ésta por unidad de tiempo y no pueden aportarla las vías aeróbicas, se considera haber llegado al máximo de la **potencia máxima aeróbica**.

En este contexto, como ya se ha dicho antes, definimos **“Potencia Aeróbica”** a la máxima cantidad de energía que los músculos pueden obtener mediante las vías aeróbicas por unidad de tiempo.

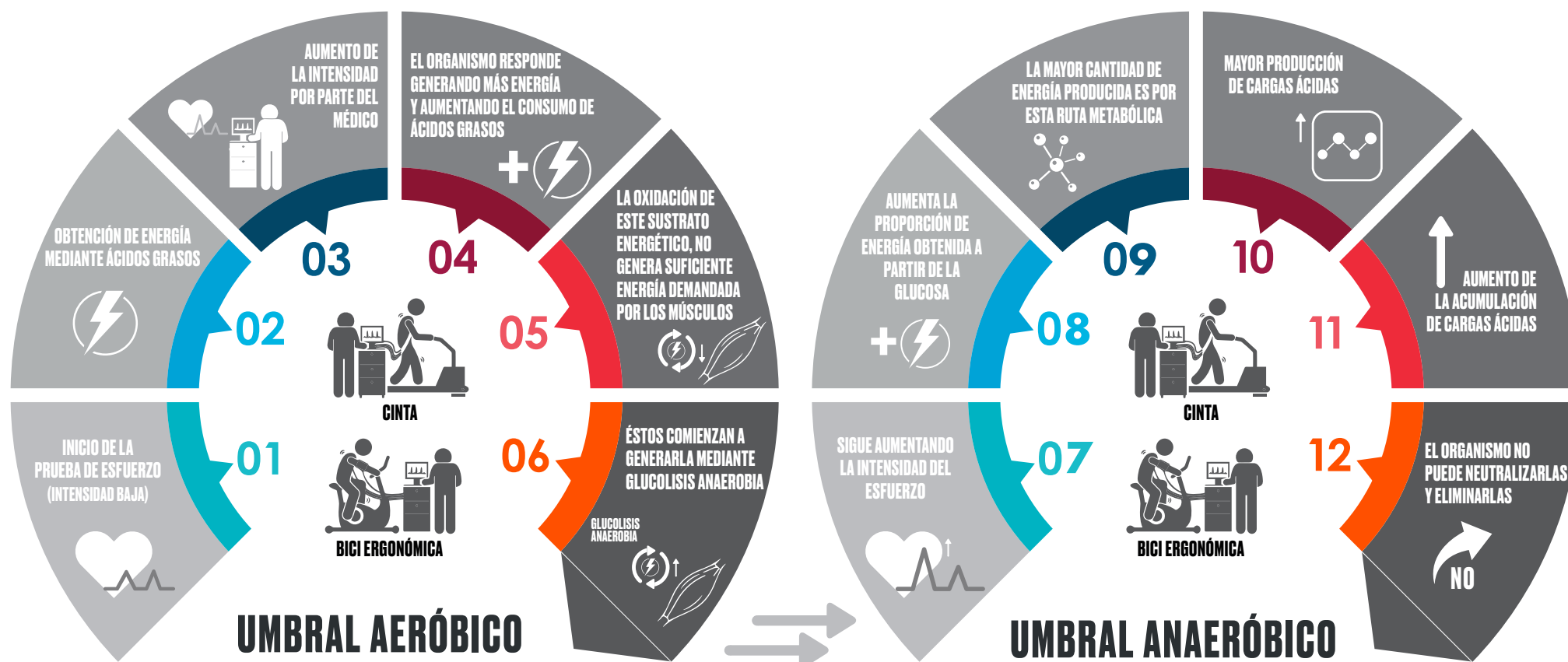
Mientras la demanda energética no es demasiado intensa, los cargas ácidas (H+) y el lactato generado se neutraliza y reutiliza respectivamente en la producción de energía mediante un complejo proceso metabólico, pero cuando esa demanda es muy intensa, la producción supera a la neutralización y comienzan a acumularse cargas ácidas en el organismo.

Denominamos **“Umbral Anaerobio o Anaeróbico”** al punto en el que las cargas ácidas son ya tan elevadas que el organismo es incapaz de neutralizarlas y eliminarlas. Ahora bien, la producción de lactato no es la causa de las cargas ácidas, más bien lo contrario: ayuda a que no se produzca una enorme acumulación de cargas ácidas (hidrogeniones).

La única forma que hay para determinar estos umbrales correctamente es mediante la realización de una prueba de esfuerzo ergoespiométrica (con medición de gases expirados).



## PRUEBA DE ESFUERZO MÁXIMA



## CONCLUSIONES

Esfuerzos que superan el umbral aeróbico

Aumento del gasto de las reservas de glucógeno

Mayor catabolismo muscular

Mayor degradación de vitaminas y minerales

Cuando se inicia una prueba de esfuerzo máxima, el deportista comienza con una intensidad de esfuerzo muy baja, a modo de calentamiento y adaptación a la cinta o bicicleta ergonómica. Su frecuencia cardiaca y ventilatoria son prácticamente normales, ya que la exigencia energética de los músculos en estos momentos es muy baja. En este punto metabólico el organismo está utilizando fundamentalmente ácidos grasos para la obtención de energía.

Poco a poco el médico va aumentando la velocidad en la cinta o la resistencia en la bicicleta ergonómica y paralelamente, el organismo responde fabricando cada vez una mayor cantidad de energía, es decir, aumentando el consumo de más ácidos grasos, hasta que llega un punto en el que la oxidación de este sustrato energético ya no produce la suficiente cantidad de energía que demandan los músculos y éstos comienzan a fabricarla mediante la glucólisis anaerobia. Este momento se corresponde con el **“Umbral Aeróbico”**.

Conforme vaya aumentando la intensidad del esfuerzo, la proporción de energía obtenida a partir de la glucosa será mayor, hasta que llegará un momento en que la mayor cantidad de energía producida será mediante esta vía metabólica.

De esta forma, la acumulación de cargas ácidas irá en aumento. Paralelamente, la producción de lactato también será cada vez mayor. Como la demanda de energía por unidad de tiempo seguirá aumentando, llegará un punto en el que la producción de cargas ácidas será tan elevada que el organismo será incapaz de neutralizarlas y eliminarlas, con lo cual irán acumulándose e instaurando progresivamente una acidosis metabólica que acabará por inactivar los enzimas que intervienen en el metabolismo energético muscular, apareciendo la fatiga y el cese de las contracciones musculares.

Este momento es el que se conoce como **“Umbral Anaeróbico”**. A la vez, también se iniciará la acumulación de lactato porque su velocidad de producción será mayor que la de eliminación.

Es decir, el concepto de umbral anaerobio trae consigo dos hechos: el acúmulo de cargas ácidas y la incapacidad del organismo para neutralizarlas y eliminarlas.

Como la demanda de energía por unidad de tiempo seguirá aumentando, llegará un punto en el que la producción de cargas ácidas será tan elevada que el organismo será incapaz de neutralizarlas y eliminarlas, con lo cual irán acumulándose e instaurando progresivamente una acidosis metabólica que acabará por inactivar los enzimas que intervienen en el metabolismo energético muscular, apareciendo la fatiga y el cese de las contracciones musculares, con lo cual habrá acabado la prueba de esfuerzo.

Recordemos que los depósitos de glucógeno son limitados en cantidad y por lo tanto en el tiempo. Según sea la intensidad del esfuerzo realizado y la cantidad de músculos que intervengan en el gesto deportivo, la duración del glucógeno será mayor o menor, pero en condiciones de competición o de entrenamiento de alta intensidad, nunca superará las dos horas de duración. Es más, en esfuerzos continuados de muy alta intensidad puede agotarse en poco más de 30 minutos.

El margen de mejora de los umbrales aeróbico y anaeróbico mediante el entrenamiento programado, basado fundamentalmente en las pruebas de esfuerzo ergoespiométricas es muy grande, sobre todo si el deportista no se ha entrenado de una forma correcta anteriormente.

Se considera una forma física óptima para competir, cuando el umbral anaeróbico se sitúa en torno al 90% del VO<sub>2</sub> max.



## [ 5. FRECUENCIA CARDIACA ]



## FRECUENCIA CARDIACA



Número de contracciones (latidos) que realiza el corazón por unidad de tiempo. Generalmente la unidad empleada es el minuto, por lo tanto se expresa como número de latidos por minuto.

## FRECUENCIA CARDIACA MÁXIMA



Número máximo de latidos que puede efectuar el corazón en un minuto. Ésta dependerá de la edad, el sexo y la forma física del individuo.

## CÁLCULO DE LA FRECUENCIA CARDIACA



Existen varias fórmulas para conocer la FC, pero en el contexto deportivo, la más precisa es la que se desprende del análisis de un electrocardiograma durante la prueba de esfuerzo.

Si se ha realizado una prueba de esfuerzo ergoespirométrica, se pueden relacionar los distintos umbrales metabólicos del deportista con la frecuencia cardiaca obtenida en cada uno de ellos y de esta forma programar después los entrenamientos para poder mejorarlos con la ayuda de un pulsómetro.





# [ 6. FACTORES LIMITANTES DEL RENDIMIENTO ]





### | 6.1.1 LA UTILIZACIÓN DE LA VÍA ANAERÓBICA PARA GENERAR ENERGÍA (glucólisis anaeróbica)

Recordemos que cuando se está realizando una actividad física de alta intensidad, bien sea mediante ejercicio intenso de corta duración o en esfuerzos interválicos dentro de una competición o entrenamiento (cambios de ritmo, series, etc.), la energía solicitada a los músculos por unidad tiempo es muy elevada. Para poder seguir generando esa energía, el músculo utiliza la glucólisis anaeróbica, una ruta metabólica de producción de energía en la cual se utiliza la glucosa como combustible. Las etapas de este ciclo de reacciones bioquímicas que conducirán finalmente a la formación de lactato se realizan sin presencia de oxígeno (anaerobiosis).

Tradicionalmente, esto se ha unido a la acumulación de ácido láctico cuando se traspasa el umbral anaeróbico. Lo cierto es que en ese momento comienza a acumularse lactato (no ácido láctico). Recordemos que esta ruta metabólica se utiliza porque el músculo ya no obtiene la energía demandada mediante las rutas metabólicas oxidativas.

Este hecho es el que tradicionalmente se ha asociado al incremento de la acidez, ya que se decía que la glucólisis anaeróbica producía ácido láctico, y aunque desde hace años sabemos que esto no es así, por su simplicidad didáctica a nivel de “usuario”, se ha seguido con esta explicación.

Pues bien, en este manual “avanzado” no debemos seguir utilizando ya esta terminología para describir el incremento de la acidez metabólica que tiene lugar durante la práctica de ejercicios de moderada/alta intensidad y también moderada y/o larga duración (dependiendo siempre de la intensidad).

La glucólisis anaeróbica lo que realmente produce es lactato, y no ácido láctico. Para explicar esto no queda más remedio que utilizar una terminología bioquímica: recordemos que se genera lactato a partir de piruvato (producto final de la glucólisis anaerobia), cuando éste no puede convertirse en su totalidad en Acetil CoA por falta de oxígeno.

Tengamos presente que la glucólisis anaeróbica sucede en el citosol, mientras que los procesos oxidativos de obtención de energía (ciclo de Krebs y fosforilación oxidativa) se desarrollan en el interior de la mitocondria.

Para comenzar esta ruta anaeróbica (glucólisis anaeróbica) se puede partir de glucosa captada por el músculo o de glucosa proveniente de la degradación del glucógeno muscular (vía glucogenolítica).

En el primer caso se generan cuatro protones (hidrogeniones), mientras que si se parte del glucógeno muscular solamente se generan 3 en todo el proceso glucolítico anaeróbico. En este ciclo hay una compensación de protones entre los que se utilizan y los que se generan (se utilizan cuatro hidrogeniones y se generan cuatro), por tanto el resultado final es cero (no hay alteración en la acidez).

En el segundo caso, si se parte del glucógeno muscular (vía glucogenolítica), se utilizan 4 hidrogeniones, pero solamente se liberan tres al medio, por lo que esta vía concreta no solamente no acidifica el medio, sino que lo alcaliniza.

Realmente, podríamos decir que la formación de lactato, en lugar de generar acidez, hace justamente lo contrario: lo retrasa (y no causa acidosis).

¿De dónde proviene esa acidez derivada de la glucólisis anaeróbica?

Aunque no hay un consenso único, el mayoritario explica esta acidez por la hidrólisis del ATP. Cada vez que se rompe una molécula de ATP se libera un protón. Cuando la energía demanda por el músculo es satisfecha por las vías oxidativas (mitocondriales), no se produce acumulación de protones en la célula, ya que se utilizan en la ruta de la fosforilación oxidativa y también para el mantenimiento del gradiente de protones que existe en el llamado “espacio intermembrana”.

Cuando se alcanza el umbral anaeróbico se rompe esta estabilidad porque hay una mayor demanda de ATP, que es aportado por la glucólisis anaerobia (fuente extra mitocondrial). La posterior rotura de este ATP en ADP hace que se incremente la liberación de protones y por tanto, causa la acidosis que se produce en ejercicios de alta intensidad.

Esta acidosis aumenta la fatiga y disminuye el rendimiento por varias vías: por una parte bloquea la troponina, de esta forma no se puede liberar calcio del retículo sarcoplásmico y no se puede formar actomiosina. Por otra parte disminuye la actividad de la fosfofructoquinasa, con lo que ralentiza la glucólisis, y por otra disminuye la acción de la miosin ATPasa, por lo que enlentece la hidrólisis del ATP.

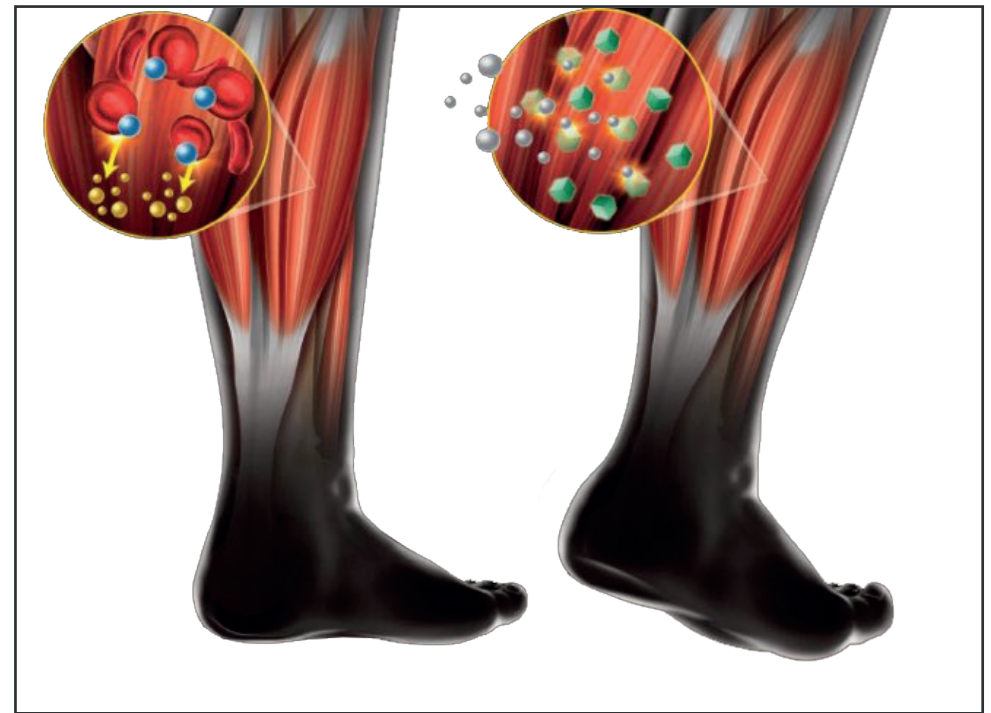
Así pues, en estas situaciones de alta intensidad de trabajo físico, el lactato, obviamente, está elevado, pero no es el causante de esta acidosis. Recordemos que el lactato se sintetiza justamente para prevenir la acumulación de piruvato y a la vez, aportar el NAD<sup>+</sup> necesario para la fase II de la glucólisis. Si esto no ocurriera, la acidosis se incrementaría mucho más rápidamente y por lo tanto, el rendimiento sería mucho menor.

Resumiendo: el lactato está incrementado cuando se realizan ejercicio de alta intensidad, pero no es la causa de la acidosis “muscular”. La causa son los protones producidos por esas fuentes no mitocondriales.

Queda claro que el lactato es en realidad un combustible, no un producto de desecho. Los músculos lo producen deliberadamente, a partir de la glucosa, y lo usan para obtener energía en las mitocondrias, ya que parte de ese lactato penetrará en la mitocondria de la misma célula muscular, parte penetrará en otras fibras musculares, adyacentes también para seguir produciendo energía, y parte será transportado al torrente sanguíneo, desde donde será captado por diversos órganos para su posterior utilización, bien sea por el corazón, para transformarlo en energía o por el hígado para convertirlo en piruvato y posteriormente en otros sustratos (glucosa durante el ejercicio intenso).

Un deportista entrenado poseerá mayor número de mitocondrias en las células musculares con lo que su capacidad para metabolizar el lactato será mayor.

Una de las razones por las que los deportistas pueden mantener durante mucho tiempo una actividad física de elevada intensidad se debe, en parte, a que la misma práctica deportiva hace que sus músculos tengan más capacidad para metabolizar el lactato. Es una de las adaptaciones, en este caso metabólica, que tiene el organismo al esfuerzo.



### | 6.1.2 EL INCREMENTO EN LA CONCENTRACIÓN DE AMONIACO/AMONIO

La producción de amonio por el músculo depende fundamentalmente de la intensidad, duración del ejercicio y de la mayor o menor disponibilidad de glucosa por parte de la fibra muscular.

Es decir, cuanto menor sea la disponibilidad de glucosa, mayor sea la duración y la intensidad del ejercicio realizado, mayor será la acumulación de amonio en el organismo.

En condiciones de reposo (y también durante el ejercicio), la fuente “inmediata” de amonio es la desaminación del AMP, dando como resultado IMP (inosina monofosfato).

Si el ejercicio es de intensidad moderada (60-70% VO<sub>2</sub>max) y de larga duración, su concentración puede ser de hasta 50 veces superior a la del organismo en reposo, lo cual es muy superior a la máxima velocidad de desaminación del AMP, por tanto, este hecho demuestra que hay otras fuentes de amonio: la fundamental es la desaminación de los aminoácidos en el músculo esquelético. Como la parte nitrogenada de los aminoácidos no se oxida, lo primero que ocurre para poder oxidar éstos y formar posteriormente ATP es la liberación de los grupos amino al plasma, para metabolizarse posteriormente, causando a la vez una mayor concentración de amonio sanguíneo.

En ejercicios cortos de muy alta intensidad el organismo produce amonio también a partir del aspartato, dentro del llamado ciclo de las purinas, en donde, entre otras moléculas, se forma un radical amonio y una molécula de fumarato, siendo ésta la única fuente de amonio en este tipo de ejercicios.

Como la desaminación del AMP no es reversible, la recuperación de los nucleótidos de adenina requiere el proceso de reaminación de IMP a AMP y quien aporta el grupo amonio es el aspartato, consumiéndose energía a partir de GTP y generando, como ya se ha dicho, amonio y fumarato.

Los procesos de desaminación y reaminación no ocurren simultáneamente. Durante el ejercicio se produce desaminación y la reaminación tienen lugar durante el periodo de recuperación, por tanto, la concentración de amonio durante el ejercicio aumenta.

Las principales vías de aclaramiento (eliminación) de amonio durante el ejercicio son el sudor, el aclaramiento renal, la función hepática y el pulmón, clave en el aclaramiento de amonio durante el ejercicio.

**ACIDOSIS METABÓLICA  
EN EL DEPORTISTA**



**CAUSADA POR**



**GLUCÓLISIS ANAEROBIA  
Y  
ACUMULACIÓN DE AMONIO (NH<sub>4</sub><sup>+</sup>)**



### 6.2 CARENCIAS NUTRICIONALES

Hay casos concretos en que podemos detectar en el deportista una deficiencia vitamínica o mineral. Esto se aprecia con mayor frecuencia en aquellos que practican deportes de alta intensidad y larga duración, los que siguen un estricto control del peso y los que descuidan su alimentación. Recordemos que las mujeres que toman anticonceptivos orales pueden necesitar suplementos que contengan vitaminas B6, B12, C, ácido fólico, y zinc. También es recomendable que los deportistas evalúen mediante analítica sus niveles corporales de hierro y ferritina de modo regular, especialmente aquellos que realizan deportes de resistencia y las mujeres, por las pérdidas de hierro que sufren en su ciclo menstrual.

La O.M.S. (Organización Mundial de la Salud), afirma que la deficiencia de hierro, es el principal desorden nutricional presente en el mundo, afectando a más de 2.000 Millones de personas.

El hierro desempeña funciones vitales en el organismo, imprescindibles para el buen rendimiento del deportista, como la síntesis de hemoglobina, responsable del transporte del oxígeno, y la síntesis de ATP, siendo ambos mecanismos necesarios para la producción de energía (ATP).

En ocasiones, la presencia de ciertos tipos de quelatos (fitatos y oxalatos) presentes en los alimentos (cereales integrales, frutos secos, legumbres), reducen la biodisponibilidad de los minerales que somos capaces de absorber, como por ejemplo, el magnesio, el hierro y el zinc.

El magnesio es el cuarto catión más abundante del organismo y el segundo en importancia dentro de la célula. Actúa en multitud de procesos bioquímicos vitales para el deportista: síntesis de proteínas y ácidos nucleicos, generación y transmisión del impulso nervioso, metabolismo energético, contracción muscular y cardíaca, entre muchos otros.

En ocasiones, para que el rendimiento del deportista no se vea afectado es necesaria la suplementación con vitaminas, minerales y/o aminoácidos. Recientemente, la Sociedad Española de Nutrición Comunitaria (SENC) presentó la Guía Alimentaria, cuya pirámide de alimentación saludable incluye los suplementos nutricionales.



**| 6.3 ESTRÉS OXIDATIVO Y PROCESOS INFLAMATORIOS**

**PRÁCTICA DE EJERCICIO FÍSICO DE  
INTENSIDAD MODERADA O ALTA**



**AUMENTO EN LAS  
REACCIONES METABÓLICAS**



**CONTRACCIONES Y  
ELONGACIONES DE LAS FIBRAS  
MUSCULARES JUNTO CON  
ROZAMIENTO Y COMPRESIÓN EN  
ARTICULACIONES**



**CONSECUENCIA**



**INCREMENTO EN LA FABRICACIÓN DE  
SUSTANCIAS OXIDANTES.**

La práctica de ejercicio físico, sobre todo si es de moderada a elevada intensidad, produce un aumento en las reacciones metabólicas necesarias para abastecer esa energía demandada. Ello, junto a las continuas contracciones y elongaciones de las fibras musculares y también, cuando lo haya, el efecto de rozamiento y compresión que produce el “golpeteo” continuado en las articulaciones (carrera, deportes de fuerza, lucha, etc), trae como consecuencia un incremento en la fabricación de sustancias oxidantes.

En este contexto, no podemos olvidar que el deporte llamado “de alto rendimiento” es muy exigente y en ocasiones se soportan períodos de entrenamientos muy intensos y agotadores.

El sobreentrenamiento puede dar lugar a un estado de estrés mantenido, que se traduce en una situación de oxidación continua. Esta circunstancia genera una cantidad excesiva de radicales libres que pueden producir, entre otras cosas, fatiga crónica.

A estas sustancias oxidantes las conocemos con el nombre genérico de radicales libres. Estos compuestos pueden tener tanto un origen exógeno (fuera de nuestro organismo), como endógeno (producidos dentro de nuestro cuerpo). Tanto unos como otros son igualmente perjudiciales y altamente tóxicos.

### PROCEDENCIA DE RADICALES LIBRES

#### ORIGEN EXÓGENO (FUERA DE NUESTRO ORGANISMO)

Perjudiciales y altamente tóxicos



Proceden del humo del tabaco, la radiación solar, la contaminación ambiental, etc.

#### ORIGEN ENDÓGENO (PRODUCIDOS DENTRO DE NUESTRO CUERPO)

Perjudiciales y altamente tóxicos



Se producen de forma espontánea, como consecuencia de los procesos bioquímicos, tanto los “normales” que tienen lugar en el interior de nuestro organismo como anormales.



Los de origen externo proceden del humo del tabaco, la radiación solar, la contaminación ambiental, etc.

Los de origen interno se producen de forma espontánea, como consecuencia de los procesos bioquímicos, tanto los “normales” que tienen lugar en el interior de nuestro organismo (mecanismos de envejecimiento y degradación de los tejidos, inflamación, defensa antibacteriana, ejercicio físico, estrés, etc.), como anormales (un amplísimo listado de síndromes y enfermedades).

En el momento en que se forma un radical libre, éste reacciona rápidamente captando un electrón de otra molécula próxima a él, creando así un compuesto desestabilizado químicamente, y por ello, obligado también a captar el electrón que «le ha sido robado», de otra molécula próxima, y ésta a su vez de otra. Es decir, comienza una reacción en cadena que producirá como resultado una erosión en la membrana celular y/o en las cadenas de ADN y ARN.

### RADICALES LIBRES MÁS CONOCIDOS

**SUPERÓXIDO****PERÓXIDO DE HIDRÓGENO****HIDROXILO**

Estos radicales libres pueden actuar sobre cualquier molécula del organismo, aunque algunas parecen ser más susceptibles que otras y tener, por lo tanto, consecuencias más importantes para la salud (ácidos nucleicos), pudiendo provocar cambios en el ADN y ARN.

La función de los ácidos nucleicos es la fabricación de sustancias indispensables para la vida: proteínas musculares, enzimas, inmunoglobulinas, etc. Por lo tanto, es muy fácil deducir que un daño en los ácidos nucleicos generará, no solamente la disminución de su función, sino la fabricación de «sustancias equivocadas», que a su vez podrán generar, con el paso del tiempo, la disminución de nuestro potencial inmunológico y también la aparición de diversos tipos de cáncer.

El organismo humano, al presentar metabolismo aerobio, posee sistemas detoxificadores o antioxidantes propios. Entre ellos se encuentran sistemas enzimáticos como la catalasa, la superóxido dismutasa (SOD) ligada al manganeso y el sistema del glutatión (GSH), elemento central de muchos sistemas detoxificadores enzimáticos, ligada al selenio.

Pero también, mediante la alimentación, debemos ingerir sustancias con elevado poder antioxidante, que nos protejan del daño de los radicales libres, como son el ácido ascórbico o vitamina C y los carotenoides (en frutas y verduras), los tocoferoles, vitamina E (presentes en las semillas, algunos aceites vegetales y en el aceite de oliva virgen), los polifenoles de las semillas de uva o las importantes sustancias antioxidantes del aceite de oliva virgen (hidroxitirosol), entre otras.

### ANTIOXIDANTE



Molécula que protege a otras de la oxidación, oxidándose ellas mismas y transformándose en compuestos no dañinos.

Por ello, debemos asegurarnos una ingesta adecuada de este tipo de micronutrientes.

Como ya se ha expuesto, está perfectamente demostrado que la práctica deportiva provoca un aumento de radicales libres. Existen evidencias de que estos radicales libres contribuyen también a la instauración de la fatiga y a las lesiones musculares por sobrecarga, además de otros daños a estructuras celulares, como ya se ha comentado anteriormente.

También se sabe que el propio entrenamiento induce un aumento de los niveles de antioxidantes enzimáticos internos, como la superóxido dismutasa, la catalasa y la glutatión peroxidasa.

Pero estas enzimas orgánicas necesitan la presencia de micronutrientes como el zinc, el selenio o manganeso para que el organismo las pueda sintetizar.

Parece razonable, a la vista de todos estos estudios, que la suplementación con un complemento dietético antioxidante puede resultar muy beneficioso a nuestro organismo, y protegernos no solamente contra los radicales libres producidos durante el esfuerzo, sino de todos aquellos que también se generan por el propio metabolismo orgánico, aunque se encuentre en condiciones basales.

Además de tomar suplementos antioxidantes, es recomendable seguir dietas ricas en frutas, verduras, hortalizas, frutos secos, leguminosas y cereales, ya que tienen un contenido importante en nutrientes con interesantes propiedades antioxidantes.



**BLOQUE II**  
**ALIMENTACIÓN**



# 7. FUNCIONES DE LOS NUTRIENTES Y MICRONUTRIENTES



### | 7.1 HIDRATOS DE CARBONO

## CARBOHIDRATOS

Son compuestos esenciales en los organismos vivos, constituyendo la clase más abundante de moléculas biológicas. El nombre carbohidratos significa literalmente hidratos de carbono y proviene de su composición química  $(C \cdot H_2O)_n$ , donde  $n \geq 3$ . En el ser humano su función principal es la energética.

### TIPOS DE CARBOHIDRATOS:

#### SIMPLES

- **Monosacáridos:** constituyen la forma más simple, no pueden hidrolizarse a otra más sencilla: glucosa, fructosa y galactosa.
- **Disacáridos:** son el resultado de la unión de dos monosacáridos a través de un enlace químico sencillo covalente: lactosa (glucosa + galactosa), sacarosa (glucosa + fructosa), maltosa (glucosa + glucosa).

#### COMPLEJOS

- **Polisacáridos:** poseen una estructura compuesta por tres o más azúcares, que por lo general están unidos entre sí para formar una cadena: maltodextrinas, amilopectinas, amilosas, almidones.

Los carbohidratos complejos, tardan más tiempo en ser digeridos, por lo que no aumentan los niveles de glucosa en la sangre tan rápidamente como los carbohidratos simples. Un gramo de hidratos de carbono aporta 4 kcal/g., sean simples o complejos. Constituyen el principal combustible para el músculo durante la práctica de actividad física, por ello es muy importante consumir una dieta rica en hidratos de carbono, que en el deportista deben suponer alrededor de un 60-65% del total de la energía aportada durante el día. Con estas cantidades se pueden mantener sus reservas (en forma de glucógeno) necesarias para la contracción muscular.

### FIBRA

La fibra es un tipo de carbohidrato no digerible que se encuentra en los productos de origen vegetal, siendo una de sus características la usencia de calorías.

La fibra posee unas propiedades que la hacen imprescindible para el mantenimiento de la salud, jugando un papel fundamental en la defecación y en el mantenimiento de la flora intestinal. Su capacidad para retener agua regula el apetito al provocar una sensación de saciedad, ayudando también de esta manera al control del peso corporal. Mejora el funcionamiento del intestino grueso y favorece su motilidad, así los residuos tóxicos del proceso digestivo serán más fácilmente evacuados.

Por ello, la fibra corrige el estreñimiento y protege contra ciertos tipos de cánceres digestivos. Además, ayuda a prevenir o tratar la diverticulosis (pequeñas bolsas en colon/intestino), la diabetes y las enfermedades cardíacas.



Las fibras las podremos clasificar según su solubilidad:

- **Solubles:** retienen el agua durante la digestión lo que implica un retardo en la digestión y en la absorción de los nutrientes desde el estómago al intestino. Por ello, regulan el nivel de glucosa en sangre y dificultan en parte la absorción de colesterol, ayudando de esta manera a reducir su nivel plasmático. Podemos encontrarlas en alimentos como la cebada, lentejas, avena, nueces y algunas frutas y verduras.
- **Insolubles:** las encontramos en el salvado de trigo y en las verduras. Aceleran el tránsito intestinal y dan mayor volumen a las heces.

Las fibras, en general, favorecen el crecimiento de especies “buenas” de la microbiota intestinal (flora intestinal), ahora bien hay algunos tipos de fibras que favorecen este proceso más que otras. A estas fibras se las conoce como prebióticas (fibra prebiótica). Son más fácilmente metabolizadas por esa flora “buena” de tal forma que sus productos de deshecho (ácidos grasos de cadena corta) son utilizadas por las células del colon para regenerarse, fundamentalmente el butirato, procedente del ácido butírico.

Los más abundantes son los oligosacáridos (fructooligosacáridos u oligofructosacáridos (FOS) y la inulina), pero también hay otros: galactosacáridos los arabinosacáridos, fundamentalmente.



### | 7.2 GRASAS

## GRASAS

Conocidas también con el nombre de lípidos, están formadas fundamentalmente por los triglicéridos y éstos, por glicerol y tres ácidos grasos, que podrán ser saturados, monoinsaturados o poliinsaturados. Según el tipo de ácido graso de cada triglicérido, habrá distintos tipos de grasa y sus funciones también serán distintas en el organismo. Dependiendo de la composición en los ácidos grasos que contengan, las grasas o lípidos podrán ser sólidas o líquidas a temperatura ambiente.

### GRASAS SATURADAS

Los ácidos grasos saturados se encuentran en todas las grasas y aceites, aunque están en mayor concentración en aquellas de origen animal. Principalmente, estas grasas se encuentran en la carne, y son las responsables en personas sanas del aumento del colesterol en sangre.

Son sólidas a temperatura ambiente. Se aconseja una ingesta inferior al 10% de las kilocalorías consumidas diariamente.

### GRASAS INSATURADAS

Se caracterizan por poseer al menos un doble enlace en su estructura. Según el número de estos dobles enlaces se clasifican en:

- **Grasas monoinsaturadas:** poseen un doble enlace y su estado es líquido a temperatura ambiente. Son importantes nutricionalmente ya que disminuyen la concentración de colesterol “malo” (LDL). La grasa representativa de este grupo es el aceite de oliva, muy rico en ácido oléico.
- **Grasas poliinsaturadas:** presentan más de un doble enlace en su estructura y son importantes a la hora de reducir el colesterol “malo” (LDL). Encontraremos este tipo de grasas en aceites de pescado, y semillas (maíz, girasol, soja, lino ...).

Cuanto más insaturada es una grasa, más aguanta en forma líquida las temperaturas bajas, incluso las habituales de un frigorífico. Se dice de forma general que las grasas insaturadas son líquidas a “temperatura ambiente”.

Existen unos tipos de ácidos grasos insaturados (los denominados omega 3 y omega 6) que se denominan ácidos grasos esenciales, porque son necesarios para diversas funciones fisiológicas, no pudiendo ser sintetizadas por nuestro organismo, de tal modo que, como los aminoácidos esenciales, debemos obtenerlas mediante la alimentación.

% Kcal

### PRINCIPALES FUNCIONES DE LAS GRASAS EN EL ORGANISMO

#### **FUNCIÓN ESTRUCTURAL**

Forman parte de las membranas celulares y de las vainas de las células del sistema nervioso.

#### **FUNCIÓN DE RESERVA**

Son las principales sustancias de reserva del organismo, de tal forma que la mayor parte de los nutrientes energéticos contenidos en los alimentos que ingerimos, si no son utilizados, se transforman en grasas y se almacenan.

#### **FUNCIÓN ENERGÉTICA**

Su contenido energético es mucho más elevado que el de los hidratos de carbono y proteínas. Un gramo de grasa suministra aproximadamente 9 kcal, pero su conversión en energía es más lenta que la de los hidratos de carbono, como ya hemos visto, por lo que no pueden generar tanta energía por unidad de tiempo, aunque la cantidad total de ésta, almacenada en forma de grasa en nuestro organismo es mucho mayor.

#### **FUNCIÓN PROTECTORA Y AISLANTE TÉRMICO**

Mientras no se utilizan metabólicamente, cumplen funciones mecánicas, ya que se concentran en diferentes puntos del organismo, protegiendo órganos, al mismo tiempo que aíslan al cuerpo frente a la pérdida de calor.

#### **FUNCIÓN REGULADORA**

Algunos lípidos actúan como hormona y vitaminas (hormonas sexuales, corticoesteroides, vitamina D, etc...).

Una dieta adecuada para el deportista debe contemplar unas proporciones de grasas no superiores al 35%, siendo deseable una contribución en torno al 25%-30%. (existen excepciones, como ante condiciones extremas de frío, en las cuales los requerimientos pueden ser mayores).

### | 7.3 PROTEÍNAS

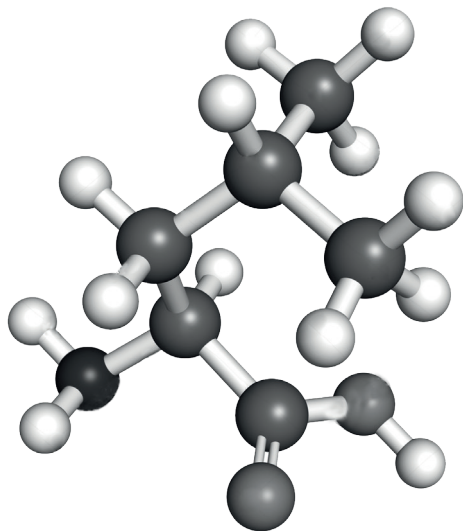
## PROTEÍNAS

Son las sustancias que forman la base de nuestra estructura orgánica (función plástica y estructural). Están constituidas por un total de veinte aminoácidos diferentes, que se dividen en dos grandes grupos:

### LOS AMINOÁCIDOS ESENCIALES

#### NUESTRO ORGANISMO NO PUEDE FABRICARLOS

Fenilalanina, isoleucina, leucina, lisina, metionina, treonina, triptófano y valina (y sólo para los niños: histidina y arginina). Es preciso ingerirlos mediante los alimentos porque el organismo no es capaz de sintetizarlos.



### LOS AMINOÁCIDOS NO ESENCIALES

#### NUESTRO ORGANISMO SÍ PUEDE FABRICARLOS.

Diremos que una proteína tiene un alto valor biológico (V.B) cuando la proporción de aminoácidos esenciales y su facilidad de asimilación sea elevada.

Las proteínas procedentes de alimentos de origen animal (leche, pescados, carnes y huevos) se consideran de mejor calidad que las de los alimentos de origen vegetal, ya que poseen todos los aminoácidos necesarios y en las proporciones adecuadas para satisfacer las necesidades orgánicas, mientras que esto no se cumple con las proteínas vegetales (a excepción de la soja). Por ello, para alcanzar la calidad de las proteínas animales, debe hacerse una combinación de proteínas de distintos productos vegetales (lentejas con arroz, por ejemplo) para que su aminograma sea óptimo.

### VALOR BIOLÓGICO DE ALIMENTOS RICOS EN PROTEÍNA

| PROTEINA                             | > | V.B. |
|--------------------------------------|---|------|
| Suero de leche (aislados o péptidos) | > | >104 |
| Concentrado suero de leche           | > | 104  |
| Huevo                                | > | 100  |
| Leche de vaca                        | > | 91   |
| Clara de huevo                       | > | 88   |
| Pescado                              | > | 83   |
| Carne de res                         | > | 80   |
| Pollo                                | > | 79   |
| Caseína                              | > | 77   |
| Soya                                 | > | 74   |
| Arroz                                | > | 59   |
| Trigo                                | > | 54   |
| Frijoles                             | > | 49   |

La proporción de los distintos aminoácidos se puede representar mediante una tabla (aminograma) en la que podremos comparar diferentes aminoácidos de distintos productos. Por norma general, el aminograma de proteínas de origen animal es superior al aminograma de origen vegetal (excepto soja para un adulto, como ya hemos comentado).

Se recomienda que las proteínas supongan alrededor del 12-15% de la energía total de la dieta. Estos requerimientos son cubiertos por la ingesta razonable de carne, huevos, pescado y productos lácteos. Un exceso de proteínas en la alimentación puede ocasionar una acumulación de desechos tóxicos y otros efectos perjudiciales para la buena forma del deportista, entre ellos, el aumento de la acidosis metabólica.



### | 7.4 VITAMINAS Y MINERALES

#### VITAMINAS

Su función es controlar y regular el metabolismo. No son nutrientes energéticos, pero son esenciales para el ser humano ya que no pueden ser sintetizadas por el propio organismo, sino que se ingieren mediante los alimentos. Debemos tener en cuenta que la vitamina K también la fabrica nuestra flora intestinal "buena" y la D la sintetizamos en la piel, mediante la acción de los rayos solares.

Son importantes para mantener un buen estado de salud, además en el deportista intervienen en los procesos de adaptación que tienen lugar durante el entrenamiento y el periodo de recuperación.

Para mantener unos niveles adecuados de micronutrientes en general y de vitaminas en particular, es recomendable consumir una dieta variada y equilibrada, abundante en alimentos de origen vegetal, que son los más ricos en vitaminas y minerales. Una deficiencia en micronutrientes no sólo disminuye el rendimiento deportivo, sino que puede perjudicar la salud.

Las vitaminas se clasifican en dos grandes grupos atendiendo a su solubilidad:

- **Hidrosolubles:** Vitamina B1, B2, B3, B5, B6, B8, B9 y B12
- **Liposolubles:** Vitamina A, D, E y K

\* En el anexo I se describen las funciones y fuentes de vitaminas hidro y liposolubles.

#### MINERALES

Los minerales son elementos esenciales, por lo que, al igual que las vitaminas, deben formar parte de la dieta diaria del deportista en cantidad adecuada.

Participan en procesos muy variados, tanto del metabolismo general (mecanismo de obtención de energía, síntesis de multitud de sustancias y estructuras vitales, etc.) como cumpliendo funciones más específicas (formando parte del hueso, transporte de oxígeno, contracción muscular, etc.).

Se han descrito hasta ahora 20 minerales esenciales para el hombre. Según las cantidades en que sean necesarios y se encuentren en los tejidos corporales se distinguen tres grandes grupos:

- **Macrominerales:** Calcio, fósforo, magnesio, cloro, sodio y potasio.
- **Microminerales o elementos traza** que se encuentran en muy pequeñas cantidades: hierro, cinc, yodo, selenio, flúor, manganeso, selenio, cromo, cobre o molibdeno.

La distinción entre estos grupos no implica una mayor o menor importancia nutricional de unos o de otros, todos son igualmente necesarios para la vida.

\* En el anexo II se describen los minerales más importantes para el deportista





**BLOQUE III**

**COMPLEMENTOS ALIMENTICIOS  
PARA EL DEPORTISTA**





# 8. FUNCIONES DE LOS COMPLEMENTOS ALIMENTICIOS PARA EL DEPORTISTA

## NUTRICIÓN DEPORTIVA

Es una rama especializada de la nutrición humana aplicada a las personas que practican deportes intensos como pueden ser la halterofilia, ciertas pruebas de atletismo, deportes de equipo, el culturismo o fitness; aquellos que requieren esfuerzos prolongados en el tiempo, denominados deportes de resistencia, como por ejemplo: corredores de maratón, ciclismo o triatlón y deportes interválicos (tenis, pádel, etc).

Dependiendo de los objetivos finales del deporte realizado y de sus entrenamientos, la nutrición hace hincapié en unos u otros alimentos; por ejemplo, en el fisicoculturismo, son más importantes los alimentos proteicos que favorezcan la hipertrofia muscular (incremento de la masa muscular). En cambio, en los deportes aeróbicos, como puede ser el ciclismo, son importantes aquellos alimentos que favorezcan el esfuerzo energético prolongado como la ingesta de alimento con elevado contenido en carbohidratos, sin olvidar tampoco el aporte adecuado de proteínas.

Debemos tener en cuenta que la mejor ayuda ergogénica nutricional es una correcta alimentación, basada en una dieta variada, completa y equilibrada, debidamente supervisada por un experto en nutrición. En ocasiones no siempre es posible llevarlo a cabo, o aun siéndolo, las circunstancias específicas de los planes de entrenamiento y/o competición hacen necesaria la suplementación de la dieta.

Una adecuada suplementación dietética no sólo puede aumentar el rendimiento deportivo, sino que debe mantener o mejorar la salud del deportista, dados los altos requerimientos energéticos y nutricionales que existen en estas circunstancias.

Normalmente, la utilización de los suplementos nutricionales se realiza con los siguientes objetivos:

- /// Incrementar los depósitos de sustratos energéticos y retrasar la aparición de la fatiga.
- /// Aumentar la hipertrofia y/o la fuerza muscular.
- /// Evitar la deshidratación.
- /// Disminuir el tiempo de recuperación.
- /// Modular la fabricación de citocinas proinflamatorias.
- /// Incrementar la actividad inmunológica.
- /// Acelerar la curación y/o recuperación de lesiones.
- /// Proteger al organismo de los efectos de los radicales libres producidos durante el esfuerzo.
- /// Aumentar la capacidad de entrenamiento, o lo que es lo mismo: entrenar más y mejor sin perjudicar a la salud.



### | 7.1 FUNCIÓN ENERGÉTICA. HIDRATOS DE CARBONO

## CARBOHIDRATOS (CHO)

Los hidratos de carbono, fundamentalmente el glucógeno y la glucosa, constituyen la fuente más importante de energía para la fibra muscular activa durante el ejercicio físico, hasta el punto que una de las principales causas de fatiga muscular es el agotamiento de estas reservas y por lo tanto, la falta de disponibilidad de carbohidratos para la obtención de energía.

Por lo tanto, este tipo de suplementos o ayuda ergogénica nutricional tienen como fin el asegurar un permanente aporte de hidratos de carbono a las fibras musculares activas durante todo el tiempo que sea necesario, retrasando así la aparición de la fatiga y aumentando de esta manera el rendimiento deportivo.



### PRINCIPALES CARBOHIDRATOS UTILIZADOS EN NUTRICIÓN DEPORTIVA

#### GLUCOSA

(también conocida como dextrosa)

Es la fuente primaria de síntesis de energía de las células, mediante su oxidación catabólica, además de formar parte de los polímeros de almacenamiento energético (glucógeno). El cerebro utiliza este glúcido como fuente de energía con lo que será de vital importancia su disponibilidad para evitar tanto la fatiga central, como la periférica. Su índice glucémico se utiliza como patrón siendo, IG = 100

#### FRUCTOSA

Este glúcido tiene la cualidad de estimular muy poco la insulina del páncreas. Su índice glucémico es muy débil (IG = 20). Para penetrar en las células, este azúcar utiliza receptores diferentes de la glucosa. Esto nos permite aumentar significativamente la tasa de oxidación de la glucosa en los músculos. Como la fructosa utiliza receptores diferentes que la glucosa, permite evitar una saturación de los receptores de glucosa existentes en las membranas celulares. De esta forma, la célula podría captar más glúcidos en un mismo período.

#### MALTODEXTRINA

La rotura parcial de las cadenas de almidón por acción enzimática o por la acción del calor dan como resultado unidades de menor tamaño llamadas dextrinas o, más comúnmente, maltodextrinas de distintas longitudes de cadena, que son por ello más fáciles de digerir que el propio almidón. Al tratarse de un hidrato de carbono complejo su metabolización será más larga con lo que se obtendrá energía de forma más duradera en el tiempo.

#### SACAROSA

Es un disacárido que está formado por una molécula de glucosa y una molécula de fructosa. Una vez ingerido es metabolizado por la enzima sacarasa en sus dos moléculas iniciales. Posee un índice glucémico intermedio (IG = 67) al combinar glúcidos de alto índice glucémico (glucosa) con otro de bajo índice (fructosa).

#### ISOMALTULOSA

Es un disacárido que se obtiene comercialmente por la conversión enzimática de sacarosa a través de fermentación bacteriana. Se caracteriza por ser un carbohidrato no cariogénico y sobre todo por aportar energía de forma sostenida en el tiempo sin provocar picos de insulina.

#### AMILOPECTINA

Los carbohidratos simples, como la glucosa o la fructosa, tienen pesos moleculares muy bajos, lo cual representa un problema a la hora de preparar disoluciones isotónicas, ya que para ello se deben utilizar en concentraciones muy pequeñas. Esto hace que las bebidas que tienen este tipo de moléculas tengan muy pocas calorías, por lo cual, su rendimiento energético es muy bajo. Las amilopectinas (alto peso molecular) al estar formadas por miles de moléculas de glucosa permiten preparar disoluciones isotónicas con concentraciones mucho más elevadas, teniendo por ello un valor energético mayor, por tanto están indicadas tanto para aumentar las concentraciones de carbohidratos antes del ejercicio, como para mantenerlas durante la realización del mismo y recuperar rápidamente los depósitos de glucógeno a su finalización. Su compleja estructura permitirá aportar energía de forma más prolongada, al tener que metabolizar cada una de las cadenas.

### | 8.2 FUNCIÓN PLÁSTICA Y ESTRUCTURAL. PROTEÍNAS

Desde el punto de vista de la utilización metabólica de las proteínas durante el esfuerzo, se asume que en los deportes de resistencia existe un mayor aumento en la oxidación de éstas para ser convertidas en energía directa o indirectamente, y por lo tanto, deben ser repuestas rápidamente durante los períodos de recuperación, comenzando inmediatamente después de acabado el ejercicio.

En los deportes de fuerza o potencia, también se asume que la ganancia de masa y fuerza muscular sólo puede ser máxima si la ingesta proteica es alta, sobre todo en principiantes.

Es evidente que para que la función renal sea normal cuando se están tomando elevadas cantidades de proteínas, la ingesta de agua debe también ser mayor, al igual que debe aumentarse también el consumo de fruta ácida para compensar el posible aumento de acidez metabólica (kiwi, piña, naranja, manzana, ciruela, níspero, etc.).

### PRINCIPALES PROTEÍNAS UTILIZADAS EN NUTRICIÓN DEPORTIVA

#### CASEINATO CÁLCICO

El caseinato de calcio es una proteína producida a partir de la caseína de la leche desnatada. A pH neutro o ácido, la caseína es relativamente insoluble en agua, y se separa fácilmente de otras proteínas existentes en la leche, azúcares y minerales que contiene. Después la caseína se solubiliza a un pH alto con hidróxido de calcio para posteriormente secarse, generalmente mediante pulverización.

Realmente se trata de un tipo de caseína que ha sido tratada añadiendo calcio para incrementar la solubilidad.

Debido a este añadido, su digestión no es tan lenta como en el caso de la caseína pura. Dependiendo de la cantidad ingerida, se puede afirmar que en dos o tres horas se finaliza su digestión.

#### CONCENTRADO DE PROTEÍNAS DE SUERO DE LECHE (Whey Protein Concentrate)

El suero de leche es el líquido que queda al quitar la caseína y grasa de la leche tras la adición de cuajo (enzima que hace coagular la leche). Está compuesto por beta-lactoglobulina, alfa-lactoalbúmina, albúmina de suero bovino, lactoferrina, inmunoglobulinas, lactoperoxidasas, glicomacropéptidos, lactosa (componente mayoritario) y minerales. A excepción de los minerales, presentes también en la caseína, los demás componentes se encuentran únicamente en el suero de leche. La fracción proteica del suero de leche (WPC) se extrae del suero de leche tras eliminar el agua y gran parte de la lactosa, con lo que se obtiene un alimento de extraordinario valor proteico.

Estos concentrados presentan un bajo (pero todavía significativo) nivel de grasa y colesterol, pero, en general, en comparación con las otras formas de proteína de suero de leche, tienen niveles más altos de otros elementos bioactivos y por supuesto más hidratos de carbono en forma de lactosa.

### AISLADO DE PROTEÍNAS DE SUERO LÁCTEO

(Whey Protein Isolate)

El Whey Protein Isolate consigue una mayor concentración de proteína que el Whey Protein Concentrate como consecuencia de un proceso más largo de ultrafiltrado o a través de un proceso de cromatografía de intercambio iónico, que consigue una pureza del componente proteico de un 85-95% de proteínas, con lo que el valor biológico (NPU) es mucho más alto.

Son preparados **prácticamente** libres de grasa y lactosa, pero son, obviamente, más bajos en compuestos bioactivos.

Es una buena opción para dietas estrictas y situaciones con hipercolesterolemia, intolerancia a la lactosa o problemas con la caseína (digestivos o alérgicos)

Las proteínas del suero de leche, sean en forma de concentrado o de aislado, son mucho más fáciles de digerir por el ser humano que el caseinato cálcico y la caseína.

### HIDROLIZADO DE PROTEÍNAS DE SUERO DE LECHE

(Whey Protein Hydrolysate)

Los hidrolizados son proteínas de suero de leche que han sido predigeridos y parcialmente hidrolizados con el fin de facilitar su absorción. Estas Whey Protein Hydrolysate están compuestas de cadenas más cortas de nutrientes (oligopéptidos que son más fácilmente digeridos que una larga cadena de polipéptidos) y por lo tanto su tolerancia es superior.

Su sabor es amargo, tanto más cuanto más elevado sea el porcentaje de proteína hidrolizada.

Está especialmente indicada en personas con intolerancias digestivas o hiperreactividades diversas o individuos con patologías caquetizantes, ya que el suero altamente hidrolizado puede ser menos alergénico que otras formas de suero de leche y la digestibilidad es mucho mayor, por esta facilidad y rapidez de digestión las utilizamos en diversos tipos de preparados proteicos.

### AISLADO DE PROTEÍNA DE SOJA

La soja es un alimento que pertenece a la familia de las leguminosas, y es la que mayor aporte proteico ofrece dentro del reino vegetal. Los productos elaborados a base de soja constituyen una alternativa a la leche para personas con intolerancia a la lactosa y alergias a las proteínas lácteas.

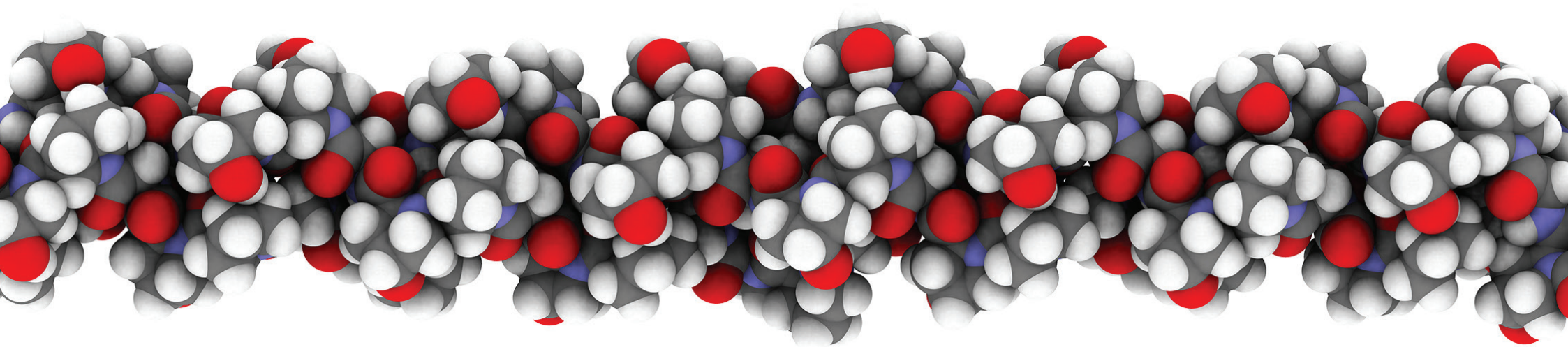
Su presencia en el mercado es cada vez mayor como consecuencia de sus propiedades funcionales (antioxidante y antiaterogénica).



## PEPTIDOS BIOACTIVOS DE COLÁGENO (BODYBALANCE®)

Bodybalance® es una fuente de proteína formada por péptidos bioactivos de colágeno patentados. La materia prima utilizada para la obtención de los péptidos de colágeno es la proteína de colágeno. Los péptidos de colágeno, a diferencia de la proteína de colágeno, son moléculas relativamente pequeñas con un peso molecular inferior a 10.000 g/mol; estando compuestos mínimo por 2 y como máximo 100 aminoácidos y caracterizándose por una excelente solubilidad en agua fría que no forma geles incluso en soluciones muy concentradas.

Esta especialmente indicado para el tratamiento de la sarcopenia, la cual empieza a instaurarse a partir de los 30 años, perdiendo hasta un 8% de masa muscular por década en el rango de 40 – 70 años y hasta un 15 % por década después de los 70 años.



### | 8.3 FUNCIÓN PROTECTORA. VITAMINAS Y MINERALES, ÁCIDOS GRASOS ESENCIALES Y FIBRA.

## VITAMINAS Y MINERALES

Las vitaminas y minerales son nutrientes esenciales que juegan un papel importante en el funcionamiento normal del cuerpo humano. La deficiencia de cualquiera de estos nutrientes puede llevar a la disminución del rendimiento del deportista, y problemas con la salud. Para evitarlo se deben cumplir la ingesta recomendada de estos nutrientes con referencia a la edad, sexo y peso de un individuo.

### PRINCIPALES VITAMINAS Y MINERALES RELACIONADAS CON EL DEPORTISTA.

#### VITAMINA B1 O TIAMINA

Las principales funciones de la vitamina B1 son el correcto metabolismo de los hidratos de carbono al jugar un papel fundamental en distintos procesos metabólicos (ciclo de Krebs, piruvato deshidrogenasa...) y favorecer el correcto funcionamiento del sistema nervioso y cardiaco.

#### SODIO

El sodio es un electrolito esencial para la función de las células, fluidos corporales y regulación de la presión arterial, el volumen de sangre y el pH. Durante la práctica deportiva se suelen perder a través de la sudoración entre 400–600 mg/hora, según las condiciones climatológicas (temperatura y humedad). Su capacidad para retener agua favorece la hidratación, jugando un papel importante en el balance hidroelectrolítico, acido- base y un óptimo funcionamiento de los músculos.

#### VITAMINA C O ÁCIDO ASCÓRBICO

Una de sus principales funciones es la hidroxilación de los aminoácidos prolina y lisina para formar el colágeno, por lo que resulta de vital importancia para crecimiento y mantenimiento de huesos y vasos sanguíneos. La vitamina C estimula el sistema inmunitario y además actúa como un poderoso antioxidante. Ambas cosas son importantes para los deportistas, ya que un nivel alto de autodefensas evita ciertas enfermedades como resfriados y otras infecciones y facilita además una mejor recuperación.

La acción antioxidante resulta también beneficiosa debido a que el ejercicio físico aumenta la producción de radicales libres. Los antioxidantes también juegan un papel importante en la prevención y recuperación de lesiones, debido a la influencia de los radicales libres en el proceso de inflamación.

## MAGNESIO

Es el cuarto catión más abundante del organismo y el segundo en importancia dentro de la célula. Actúa en multitud de procesos bioquímicos vitales para el deportista: síntesis de proteínas y ácidos nucleicos, generación y transmisión del impulso nervioso, metabolismo energético, contracción muscular y cardíaca, entre muchos otros.

La práctica deportiva extenuante genera una pérdida muy importante de magnesio y ello conduce a una reducción de las capacidades de resistencia y de adaptación al esfuerzo. Las dietas bajas en este mineral, junto a su baja biodisponibilidad, según indican los últimos estudios, hacen que la suplementación con magnesio sea fundamental en la dieta del deportista.

El magnesio interviene en más de 300 reacciones enzimáticas diferentes, contribuyendo a:

- /// Disminuir el cansancio y la fatiga
- /// Al funcionamiento normal de los músculos y sistema nervioso
- /// A la relajación muscular (equilibrio electrolítico)
- /// Al buen funcionamiento del corazón
- /// Al metabolismo energético y síntesis proteica normal

Los calambres nocturnos y la sensación de “piernas cargadas” responden muy bien a la administración de magnesio antes de irse a dormir o después de la cena. (Ideal el magnesio citrato).

## HIERRO

Desempeña múltiples funciones en el organismo, entre ellas la síntesis de hemoglobina (responsable del transporte de oxígeno) y la síntesis de ATP (molécula energética), siendo ambos mecanismos necesarios para la producción de energía.

Hay situaciones en las que sus necesidades aumentan o sus depósitos disminuyen, produciéndose un estado carencial de hierro que si se prolonga puede provocar anemia ferropénica.

Estas situaciones son frecuentes en deportistas (eliminación de hierro mediante la sudoración y también por lisis de glóbulos rojos en deportes de impacto, como la carrera a pie), mujeres en edad fértil debido principalmente a las pérdidas continuas durante la menstruación o el aumento de las necesidades de hierro que surgen durante el embarazo y el postparto, dietas con bajo contenido en hierro (dietas vegetarianas estrictas, dietas hipocalóricas no controladas), una mala absorción en el tracto digestivo (enfermedad celiaca, tratamientos farmacológicos...), situaciones patológicas (insuficiencia renal, hemólisis problemas hematológicos) o una combinación de las anteriores causas.

### ÁCIDOS GRASOS ESENCIALES

Existen ciertos tipos de ácidos grasos insaturado (Omega 3 y 6) que nuestro cuerpo no es capaz de sintetizar. Entre sus principales funciones destacan su capacidad para reducir el colesterol (LDL) y los triglicéridos, así como su función antiinflamatoria. La proporción entre la ingesta de ácido linoleico (omega 6) en relación con los omega 3 debe estar alrededor de 5:1, aunque en deportistas aconsejamos que se acerque más a 3 o 4:1, por los efectos que estos ácidos grasos tienen sobre la producción de sustancias reguladoras de la inflamación (eicosanoides).

### FIBRA

Ingerir una pequeña cantidad de fibras solubles, antes o durante el ejercicio, ayuda a estabilizar la gran cantidad de glucosa en la sangre, como resultado del esfuerzo físico. Cabe resaltar, que algunos deportistas pueden ser sensibles a la fibra, lo cual se manifiesta mediante desequilibrios digestivos, como las diarreas o los cólicos. Para tales personas, es recomendable evitar el consumo de fibras entre 36-48 horas antes de una competición. Asimismo, el regular los horarios de alimentación y evacuación contribuye a prevenir estas complicaciones intestinales y otras similares.





## **[ 9. CLASIFICACIÓN DE LAS FAMILIAS POR MOMENTO DE CONSUMO ]**

ANTES (PRE)

DURANTE (PER)

DESPUÉS (POST)



SALES MINERALES



SALES MINERALES



CARBOHIDRATOS



SALES MINERALES



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS

PERIÓDICOS



OTROS MOMENTOS



SUPLEMENTOS



CONTROL DE PESO



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS



ANTES (PRE)

DURANTE (PER)

DESPUÉS (POST)



# 10. APLICACIÓN DE LOS COMPLEMENTOS ALIMENTICIOS POR MOMENTO DE CONSUMO Y FAMILIA



CARBOHIDRATOS

CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNASSALES  
MINERALESPROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOSCONTROL  
DE PESO

SUPLEMENTOS

NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

Con temperatura que alcance y supere los 25°

40 MINUTOS ANTES  
DEL COMIENZO1 cápsula +  
200ml. de agua  
220mg Na20 / 40gr disueltos en  
250 / 500ml. de agua  
260mg. Na a 575mg. Na

40' antes del comienzo, tomar entre 20 y 40gr de DRINK SALTS / VITALDRINK stick en polvo para reconstituir en agua, es importante seguir las recomendaciones sobre la cantidad de agua para conseguir una concentración ligeramente hipotónica, ideal para un rápido vaciado gástrico e inmediata disposición de los nutrientes.

Otra opción es tomar 1 cápsula de VITALDRINK Salts 15 o 20' antes del comienzo acompañada con 200 o 250ml de agua.

Es posible recibir el comentario de que esa toma antes del esfuerzo elevará la glucemia, esto traerá como consecuencia un aumento en la secreción de insulina y tendrá como consecuencia una hipoglucemia en el momento de comenzar el esfuerzo.

Pues bien, si es antes de una competición, ese momento coincide con el calentamiento largo que es imprescindible, con lo que estamos reponiendo justamente los CH consumidos en ese calentamiento.

Si no hay después competición, en una persona de 70 kg de peso, la ingesta de esa cantidad de CH (35 gramos en los 40 gramos de DRINK SALTS / VITALDRINK stick) no le va a producir ningún problema, máxime teniendo en cuenta que el índice glucémico es inferior a 100.

Independientemente del calentamiento, antes de una competición (y en la mayor parte de los casos también antes de los entrenamientos, aunque en menor medida), se produce una activación del sistema nervioso (alteración simpática), que produce como resultado final una mayor actividad metabólica, y por tanto, un mayor consumo de glucosa. La ingesta de DRINK SALTS / VITALDRINK stick (o Voltom) minimiza los efectos negativos de esta activación en las reservas de glucógeno.





CARBOHIDRATOS

CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNASSALES  
MINERALESPROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOSCONTROL  
DE PESO

SUPLEMENTOS

NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

Con temperatura que alcance y supere los 25°, esfuerzos de mas de 60´



A PARTIR DE LOS 30 Ó 40  
MINUTOS DEL COMIENZO

1 a 3 cápsulas/h.  
220mg. Na a 660 mg. Na/h.

250 / 1000ml/h.  
260mg. Na a 1150mg. Na/h.

Especialmente si el esfuerzo supera los 60 minutos de duración y la temperatura es de 25°C o más, a partir de los primeros 30 o 45 minutos, comenzar a tomar una bebida de DRINK SALTS / VITALDRINK stick en polvo reconstituido en agua con una concentración de sodio de entre 460 y 1.150mg/litro. La cantidad de bebida por hora dependerá de la duración del esfuerzo, intensidad y temperatura, que puede oscilar desde los 500ml/hora hasta 1.000ml/hora en condiciones de alta temperatura, humedad y duración de la actividad. Beber a pequeños tragos en intervalos de 10 a 20 minutos.

La opción en cápsulas aporta comodidad, sobre todo en pruebas de larga duración. La cantidad recomendada oscila entre 1 y 3 cápsulas/hora. Siempre se deben ingerir acompañadas de 200 a 250ml de agua.

## NOTA

Cuando se ingieren hidratos de carbono durante el esfuerzo, para no tener problemas de vaciado gástrico y aportar una cantidad de agua efectiva para la rehidratación, el consumo de agua total debe acercarse a los 900—1.000 ml./hora.

## CONCLUSIONES

En actividades intensas y superiores a las dos horas de duración, el deportista debe entrenar la ingesta de un litro de líquido por hora de duración del esfuerzo (bebida energética y agua por separado para que ésta quite el gusto dulce que se queda en la boca).



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

Esfuerzos de más de 60'



\*Desde 30 a 60, incluso 90 grs.  
de CHO/h.



CARBOHIDRATOS

CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNASSALES  
MINERALESPROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOSCONTROL  
DE PESO

SUPLEMENTOS

NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

Con temperatura que alcance y supere los 25°, esfuerzos de mas de 60´



1 a 3 cápsulas  
220mg. Na a 660 mg. Na

250 a 1000ml.  
260mg. Na a 1150mg. Na

Nada mas finalizar, tomar un preparado de DRINK SALTS / VITALDRINK stick en polvo reconstituido en agua con una concentración de sodio de entre 460 y 1.150mg/litro. La cantidad recomendada es desde 500ml de bebida preparada, pudiendo llegar a un litro o más dependiendo de las variables: temperatura, duración e intensidad de la actividad, así como del peso perdido durante la misma.

La opción en cápsulas va desde 1 cápsula a 3 dependiendo de las variables comentadas anteriormente. Siempre acompañadas de un mínimo de 200 a 250ml de agua.



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

Alta intensidad y



1H DE DURACIÓN



Reposición Energética +  
Catabolismo muscular

Intensidad media-alta y



2H DE DURACIÓN



Reposición Energética +  
Catabolismo muscular

Intensidad media-alta y



3H ó + DE DURACIÓN



Reposición Energética +  
Catabolismo muscular



Reposición Energética +  
Catabolismo muscular + Hidratación

\*Tomar entre 1 y 1,5 gr de CHO / Kg + Proteína de alto Valor Biológico (VB)





CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

## PROTEÍNAS



Aislado de suero  
+ hidrolizado



Aislado de suero +  
concentrado enriquecido  
con L-Leucina



Mezcla de proteínas con  
diferente velocidad de  
absorción.



Barritas de alto contenido  
proteico.

\*Tomar entre 20 y 30gr. después del ejercicio.

## AMINOÁCIDOS



\*Tomar entre 2,5 y 5 g en el entorno de la actividad física.



\*Tomar entre 6-12 g, una toma siempre al finalizar  
el ejercicio.



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS



Tomar 1 cápsula/día 1h antes o 2h después de las comidas.



En ciclos de 2-3 semanas: Tomar un sobre de 2 a 3 horas antes de la práctica deportiva y otro justo al comienzo.



Tomar 3-4 cápsulas antes de comenzar el ejercicio.



Tomar 30gr/día.



**Fase de carga rápida:** 20 g/día durante 5 días repartidos en 4 ingestas de 5 g.  
**Fase de carga lenta:** 5 g/día durante un mes.  
**Fase de mantenimiento:** 3 g/día



Tomar 3 comprimidos diarios (3 g HMB) con 200 ml de agua entre 1-2 horas antes de iniciar el ejercicio.



Tomar 4 g/día repartidos en 4 tomas.



Tomar 4 cápsulas/día agrupadas en dos tomas con el desayuno y la comida o la cena.



Tomar 1 comprimido/día



**Competición:** 1 o 2 días **antes** tomar 2-0-2, **el día de la competición** 2-2-2 y 1 o 2 días **después** tomar 2-0-2  
**Lesiones musculares:** 2-2-2 durante 5 días y continuar con 2-0-2.



Tomar 1 sobre en el entorno del entrenamiento (pre/per/post) o antes de dormir.

\*Periodos de 4 a 12 semanas dependiendo de parámetros analíticos y/o ciclos de entrenamiento y competición.



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



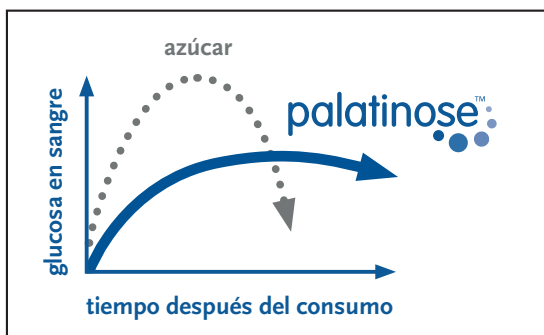
CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS



Tomar 60gr 2 veces al día.



### TOMA DE DÍA:

Tomar 1 cápsula antes de desayuno y comida.

### TOMA DE NOCHE:

Tomar 1 cápsula antes de la cena.

\*Ciclo de 12 semanas.



CARBOHIDRATOS

CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNASSALES  
MINERALESPROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOSCONTROL  
DE PESO

SUPLEMENTOS

NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

### FORMULADO CON

/// Una fuente de proteínas de elevado valor biológico, y su composición sigue las directrices de la OMS: 2/3 de proteínas de origen animal, compuestas exclusivamente por proteínas del suero de leche y 1/3 de origen vegetal, formadas por un aislado de proteína de soja no transgénica de alta calidad.

/// Un mix de hidratos de carbono compuesto por fructosa, maltodextrina e inulina; consiguiendo un cacao de bajo índice glucémico ideal para niños y jóvenes deportistas.

/// Un aporte extra de ácidos grasos esenciales fundamentalmente en ácido linoléico así como omega 3.

/// Fosfolípidos (fosfatidilcolina, fosfatidiletanolamina y fosfatidilinositol) y jalea real.

/// Una fuente de fibra soluble prebiótica.

/// El suficiente calcio y fósforo para que aseguremos el 80% de los VRN con dos batidos hechos con leche.

/// Hierro, magnesio, zinc, cobre, yodo y manganeso. Cada 100 g de BRYO proporcionan el 100% de los Valores de Referencia de Nutrientes en TODAS las vitaminas, de forma que dos batidos al día (40 g) proporcionan mas del 40% VRN.

/// Sin edulcorantes artificiales, colorantes y conservantes.



\*Tomar de 20 a 40gr/día.



# [ 11. CATÁLOGO Y FICHAS TÉCNICAS ]





**CARBOHIDRATOS**



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

**infisport**  
SCIENCE NUTRITION



Cítrico

## ND3<sup>®</sup>

Formulado para favorecer el aporte de energía y la compensación del catabolismo muscular durante esfuerzos de larga duración.

ND3<sup>®</sup> es una presentación en polvo para reconstituir en agua, que una vez disuelto, compone una solución ligeramente hipotónica que combina distintos tipos de carbohidratos en ratio 2:1 glucosa: fructosa, con aminoácidos BCAA'S (100% Ajinomoto Co.) en proporción 8:1:1 y L-glutamina (Kyowa Quality<sup>®</sup>). Complemento alimenticio en polvo con azúcar y edulcorante.

### INGREDIENTES:

Maltodextrina, fructosa, almidón modificado enzimáticamente (amilopeptina), L-leucina (100% Ajinomoto<sup>®</sup> Co.), aroma, L-glutamina (Kyowa Quality<sup>®</sup>), acidulante: ácido cítrico, citrato de magnesio, piridoxina clorhidrato (vitamina B6), clorhidrato de tiamina (vitamina B1), L-isoleucina (100% Ajinomoto<sup>®</sup> Co.), L-valina (100% Ajinomoto<sup>®</sup> Co.), colorante: caroteno, edulcorante: sucralosa, ácido L-ascorbico (vitamina C), acetato de DL-alfa-tocoferilo (vitamina E).

**DOSIS RECOMENDADA:** 60-120 g / día

### MODO DE EMPLEO:

Disolver 4 medidas (60 g) por cada 500 ml de agua. Agitar bien antes de usar. Beber a pequeños sorbos durante entrenamientos y competiciones que superen los 60 minutos de duración. Se recomienda consumir entre 60 g y 120 g al día dependiendo de la intensidad y duración del esfuerzo. Contiene medidor.

### PESO NETO:

800 g polvo (13 servicios).

### ADVERTENCIAS:

Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada, variada y un modo de vida sano. No superar la dosis diaria recomendada.

ANTES

DURANTE

DESPUÉS



Kyowa  
Quality

Ajinomoto Co., 's  
Pure Amino Acids

PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:

GMP

IFS



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS



Cítrico

**ND3<sup>®</sup>**

## INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                         | Por 100 g                   | Cantidad por dosis diaria  |                             |
|-------------------------|-----------------------------|----------------------------|-----------------------------|
|                         |                             | 60 g                       | 120 g                       |
| <b>Valor energético</b> | <b>1643 kJ<br/>387 kcal</b> | <b>986 kJ<br/>232 kcal</b> | <b>1969 kJ<br/>463 kcal</b> |
| Grasas                  | 0 g                         | 0 g                        | 0 g                         |
| De las cuales:          |                             |                            |                             |
| Ácidos grasos saturados | 0 g                         | 0 g                        | 0 g                         |
| Hidratos de carbono     | 91,7 g                      | 55 g                       | 110 g                       |
| De los cuales:          |                             |                            |                             |
| Azúcares                | 33,3 g                      | 20 g                       | 41 g                        |
| Proteínas               | 4,2 g                       | 2,5 g                      | 5,1 g                       |
| Sal                     | 0,03 g                      | 0,02 g                     | 0,05 g                      |
| <b>VITAMINAS:</b>       |                             |                            |                             |
| Vitamina E              | 9 mg (75% VRN*)             | 5,4 mg (45% VRN*)          | 11 mg (92% VRN*)            |
| Vitamina C              | 60 mg (75% VRN*)            | 36 mg (45% VRN*)           | 72 mg (90% VRN*)            |
| Tiamina (B1)            | 0,35 mg (32% VRN*)          | 0,21 mg (19% VRN*)         | 0,41 mg (37% VRN*)          |
| Vitamina B6             | 0,50 mg (36% VRN*)          | 0,30 mg (21% VRN*)         | 0,60 mg (43% VRN*)          |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes

|                     | Por 100 g           | Cantidad por dosis diaria |                   |
|---------------------|---------------------|---------------------------|-------------------|
|                     |                     | 60 g                      | 120 g             |
| <b>MINERALES:</b>   |                     |                           |                   |
| Magnesio            | 100,2 mg (27% VRN*) | 60,1 mg (16% VRN*)        | 120 mg (32% VRN*) |
| <b>AMINOÁCIDOS:</b> |                     |                           |                   |
| L-Glutamina         | 1667 mg             | 1000 mg                   | 2000 mg           |
| L-Leucina           | 2000 mg             | 1200 mg                   | 2400 mg           |
| L-Valina            | 250 mg              | 150 mg                    | 300 mg            |
| L-Isoleucina        | 250 mg              | 150 mg                    | 300 mg            |





CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

**infisport**  
SCIENCE NUTRITION



Cítrico

## ND3<sup>®</sup> MONODOSIS

Formulado para favorecer el aporte de energía y la compensación del catabolismo muscular durante esfuerzos de larga duración.

ND3<sup>®</sup> es una presentación en polvo para reconstituir en agua, que una vez disuelto, compone una solución ligeramente hipotónica que combina distintos tipos de carbohidratos en ratio 2:1 glucosa: fructosa, con aminoácidos BCAA'S (100% Ajinomoto Co.) en proporción 8:1:1 y L-glutamina (Kyowa Quality<sup>®</sup>). Complemento alimenticio en polvo con azúcar y edulcorante.

### INGREDIENTES:

Maltodextrina, fructosa, almidón modificado enzimáticamente (amilopectina), L-leucina (100% Ajinomoto<sup>®</sup> Co.), aroma, L-glutamina (Kyowa Quality<sup>®</sup>), acidulante: ácido cítrico, citrato de magnesio, piridoxina clorhidrato (vitamina B6), clorhidrato de tiamina (vitamina B1), L-isoleucina (100% Ajinomoto<sup>®</sup> Co.), L-valina (100% Ajinomoto<sup>®</sup> Co.), colorante: caroteno, edulcorante: sucralosa, ácido L-ascorbico (vitamina C), acetato de DL-alfa-tocoferilo (vitamina E).

**DOSIS RECOMENDADA:** 60-120 g / día

### MODO DE EMPLEO:

Disolver 1 sobre (60 g) en 500 ml de agua. Agitar bien antes de usar. Beber a pequeños sorbos durante entrenamientos y competiciones que superen los 60 minutos de duración. Se recomienda consumir entre 60 g y 120 g al día dependiendo de la intensidad y duración del esfuerzo.

### PESO NETO:

900 g (15 sobres de 60 g).

### ADVERTENCIAS:

Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada, variada y un modo de vida sano. No superar la dosis diaria recomendada.

ANTES

DURANTE

DESPUÉS



Kyowa  
Quality

Ajinomoto Co.,<sup>'s</sup>  
Pure Amino Acids

PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:

GMP

IFS



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS



Cítrico

## ND3<sup>®</sup> MONODOSIS

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                                       | Por 100 g                   | 60 g                       | 120 g                       |
|---------------------------------------|-----------------------------|----------------------------|-----------------------------|
| <b>Valor energético</b>               | <b>1643 kJ<br/>387 kcal</b> | <b>986 kJ<br/>232 kcal</b> | <b>1969 kJ<br/>463 kcal</b> |
| Grasas<br>De las cuales:              | 0 g                         | 0 g                        | 0 g                         |
| Ácidos grasos saturados               | 0 g                         | 0 g                        | 0 g                         |
| Hidratos de carbono<br>De los cuales: | 91,7 g                      | 55 g                       | 110 g                       |
| Azúcares                              | 33,3 g                      | 20 g                       | 41 g                        |
| Proteínas                             | 4,2 g                       | 2,5 g                      | 5,1 g                       |
| Sal                                   | 0,03 g                      | 0,02 g                     | 0,05 g                      |
| <b>VITAMINAS:</b>                     |                             |                            |                             |
| Vitamina E                            | 9 mg (75% VRN*)             | 5,4 mg (45% VRN*)          | 11 mg (92% VRN*)            |
| Vitamina C                            | 60 mg (75% VRN*)            | 36 mg (45% VRN*)           | 72 mg (90% VRN*)            |
| Tiamina (B1)                          | 0,35 mg (32% VRN*)          | 0,21 mg (19% VRN*)         | 0,41 mg (37% VRN*)          |
| Vitamina B6                           | 0,50 mg (36% VRN*)          | 0,30 mg (21% VRN*)         | 0,60 mg (43% VRN*)          |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes

|                     | Por 100 g           | 60 g               | 120 g             |
|---------------------|---------------------|--------------------|-------------------|
| <b>MINERALES:</b>   |                     |                    |                   |
| Magnesio            | 100,2 mg (27% VRN*) | 60,1 mg (16% VRN*) | 120 mg (32% VRN*) |
| <b>AMINOÁCIDOS:</b> |                     |                    |                   |
| L-Glutamina         | 1667 mg             | 1000 mg            | 2000 mg           |
| L-Leucina           | 2000 mg             | 1200 mg            | 2400 mg           |
| L-Valina            | 250 mg              | 150 mg             | 300 mg            |
| L-Isoleucina        | 250 mg              | 150 mg             | 300 mg            |



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS



Manzana verde

## ND4<sup>®</sup>

Formulado para favorecer la hidratación, aportar energía y compensar el catabolismo.

ND4<sup>®</sup> combina distintos tipos de carbohidratos en ratio 2:1 glucosa: fructosa, aminoácidos BCAA'S (100% Ajinomoto Co.) en proporción 8:1:1, L-glutamina (Kyowa Quality<sup>®</sup>) y electrolitos. Complemento alimenticio en polvo con azúcar y edulcorante.

### INGREDIENTES:

Dextrosa, fructosa, maltodextrina, citrato de sodio, L-leucina (100% Ajinomoto Co.), acidulante: ácido cítrico, L-glutamina (Kyowa Quality<sup>®</sup>), aroma, citrato de magnesio, citrato de potasio, piridoxina clorhidrato (vitamina B6), clorhidrato de tiamina (vitamina B1), L-isoleucina (100% Ajinomoto Co.), L-valina (100% Ajinomoto Co.), colorantes: curcumina e indigotina, edulcorante: sucralosa, riboflavina (vitamina B2), selenito de sodio, ácido L-ascorbico (vitamina C), acetato de DL-alfa-tocoferilo (vitamina E), sulfato de cinc.

**DOSIS RECOMENDADA:** 39-234 g / día

### MODO DE EMPLEO:

Disolver 2 medidas (39 g) por cada 500 ml de agua. Agitar bien antes de usar. Beber a pequeños sorbos durante entrenamientos y competiciones que superen los 60 minutos de duración. Contiene medidor.

### PESO NETO:

800 g polvo (20 servicios).

### ADVERTENCIAS:

Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada, variada y un modo de vida sano. No superar la dosis diaria recomendada.

ANTES

DURANTE

DESPUÉS



Kyowa  
Quality

Ajinomoto Co., s  
Pure Amino Acids

PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:





CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS



Manzana verde

ND4<sup>®</sup>

## INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                         | Por 100 g           | Cantidad por dosis diaria |                     |
|-------------------------|---------------------|---------------------------|---------------------|
|                         |                     | 39 g                      | 234 g               |
| Valor energético        | 1544 kJ<br>362 kcal | 602 kJ<br>141 kcal        | 3504 kJ<br>824 kcal |
| Grasas                  | 0 g                 | 0 g                       | 0 g                 |
| De las cuales:          |                     |                           |                     |
| Ácidos grasos saturados | 0 g                 | 0 g                       | 0,2 g               |
| Hidratos de carbono     | 77 g                | 30 g                      | 183 g               |
| De los cuales:          |                     |                           |                     |
| Azúcares                | 51 g                | 20 g                      | 122 g               |
| Proteínas               | 7,7 g               | 3 g                       | 18 g                |
| Sal                     | 3,3 g               | 1,3 g                     | 7,7 g               |
| <b>VITAMINAS:</b>       |                     |                           |                     |
| Vitamina E              | 4,6 mg (39% VRN*)   | 1,8 mg (15% VRN*)         | 11 mg (92% VRN*)    |
| Vitamina C              | 31 mg (39% VRN*)    | 12 mg (15% VRN*)          | 72 mg (90% VRN*)    |
| Tiamina (B1)            | 0,44 mg (39% VRN*)  | 0,17 mg (15% VRN*)        | 0,99 mg (90% VRN*)  |
| Riboflavina (B2)        | 0,54 mg (39% VRN*)  | 0,21 mg (15% VRN*)        | 1,3 mg (93% VRN*)   |
| Vitamina B6             | 0,54 mg (39% VRN*)  | 0,21 mg (15% VRN*)        | 1,3 mg (93% VRN*)   |

|                   | Por 100 g           | Cantidad por dosis diaria |                   |
|-------------------|---------------------|---------------------------|-------------------|
|                   |                     | 39 g                      | 234 g             |
| <b>MINERALES:</b> |                     |                           |                   |
| Magnesio          | 144,4 mg (39% VRN*) | 56,3 mg (15% VRN*)        | 338 mg (90% VRN*) |
| Zinc              | 3,9 mg (39% VRN*)   | 1,5 mg (15% VRN*)         | 8,9 mg (89% VRN*) |
| Selenio           | 21,3 µg (39% VRN*)  | 8,3 µg (15% VRN*)         | 50 µg (91% VRN*)  |
| Sodio             | 1282 mg             | 500 mg                    | 3000 mg           |

|                     |         |         |         |
|---------------------|---------|---------|---------|
| <b>AMINOÁCIDOS:</b> |         |         |         |
| L-Glutamina         | 2564 mg | 1000 mg | 6000 mg |
| L-Leucina           | 4103 mg | 1600 mg | 9600 mg |
| L-Valina            | 513 mg  | 200 mg  | 1200 mg |
| L-Isoleucina        | 513 mg  | 200 mg  | 1200 mg |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes





CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS



Mandarina

## ND4<sup>®</sup> LONG DISTANCE

Formulado para favorecer la hidratación, aportar energía y compensar el catabolismo.

ND4<sup>®</sup> Long Distance combina distintos tipos de carbohidratos en ratio 2:1 glucosa:fructosa, aminoácidos BCAA (100% Ajinomoto Co.) en proporción 8:1:1, L-glutamina (Kyowa Quality<sup>®</sup>) y electrolitos. Complemento alimenticio en polvo con azúcar

### INGREDIENTES:

Maltodextrina, fructosa, dextrosa, citrato de sodio, L-leucina (100% Ajinomoto Co.), acidulante ácido cítrico, L-glutamina (Kyowa Quality<sup>®</sup>), citrato de potasio, aroma, sal magnésica de ácido cítrico, clorhidrato de piridoxina (vitamina B6), clorhidrato de tiamina (vitamina B1), L-isoleucina (100% Ajinomoto Co.), L-valina (100% Ajinomoto Co.), colorantes: caroteno y beta-apocarotenal, riboflavina (vitamina B2), seleniato de sodio, ácido L-ascórbico (vitamina C), acetato de DL-alfa-tocoferilo (vitamina E), sulfato de cinc.

**DOSIS RECOMENDADA:** 70-420 g / día

### MODO DE EMPLEO:

Disolver 4 medidas (70 g) por cada 500 ml de agua. Agitar bien antes de usar. Beber a pequeños sorbos durante entrenamientos y competiciones que superen los 60 minutos de duración. Contiene medidor.

### PESO NETO:

800 g polvo (11 servicios).

### ADVERTENCIAS:

Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada, variada y un modo de vida sano. No superar la dosis diaria recomendada.

ANTES

DURANTE

DESPUÉS



KQ

Kyowa  
Quality

Ajinomoto Co., s  
Pure Amino Acids



PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:





CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS



Mandarina

## ND4<sup>®</sup> LONG DISTANCE

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                         | Por 100 g                   | 70 g                        | 420 g                        |
|-------------------------|-----------------------------|-----------------------------|------------------------------|
| <b>Valor energético</b> | <b>1626 kJ<br/>381 kcal</b> | <b>1138 kJ<br/>267 kcal</b> | <b>6525 kJ<br/>1535 kcal</b> |
| Grasas                  | 0 g                         | 0 g                         | <0,5 g                       |
| De las cuales:          |                             |                             |                              |
| Ácidos grasos saturados | 0 g                         | 0 g                         | 0,1 g                        |
| Hidratos de carbono     | 86 g                        | 60 g                        | 360 g                        |
| De los cuales:          |                             |                             |                              |
| Azúcares                | 37 g                        | 26 g                        | 159 g                        |
| Proteínas               | 4,3 g                       | 3 g                         | 18 g                         |
| Sal                     | 1,9 g                       | 1,3 g                       | 7,5 g                        |
| <b>VITAMINAS:</b>       |                             |                             |                              |
| Vitamina E              | 2,6 mg (22% VRN*)           | 1,8 mg (15% VRN*)           | 11 mg (92% VRN*)             |
| Vitamina C              | 17 mg (21% VRN*)            | 12 mg (15% VRN*)            | 74 mg (93% VRN*)             |
| Tiamina (B1)            | 0,24 mg (22% VRN*)          | 0,17 mg (15% VRN*)          | 0,99 mg (90% VRN*)           |
| Riboflavina (B2)        | 0,30 mg (21% VRN*)          | 0,21 mg (15% VRN*)          | 1,3 mg (93% VRN*)            |
| Vitamina B6             | 0,30 mg (21% VRN*)          | 0,21 mg (15% VRN*)          | 1,3 mg (93% VRN*)            |

|                   | Por 100 g          | 70 g               | 420 g              |
|-------------------|--------------------|--------------------|--------------------|
| <b>MINERALES:</b> |                    |                    |                    |
| Potasio           | 430 mg (22% VRN*)  | 301 mg (15% VRN*)  | 1807 mg (90% VRN*) |
| Magnesio          | 80,4 mg (21% VRN*) | 56,3 mg (15% VRN*) | 338 mg (90% VRN*)  |
| Zinc              | 2,1 mg (21% VRN*)  | 1,5 mg (15% VRN*)  | 8,9 mg (89% VRN*)  |
| Selenio           | 11,9 µg (22% VRN*) | 8,3 µg (15% VRN*)  | 50 µg (91% VRN*)   |

|                     |         |         |         |
|---------------------|---------|---------|---------|
| <b>AMINOÁCIDOS:</b> |         |         |         |
| L-Glutamina         | 1429 mg | 1000 mg | 6000 mg |
| L-Leucina           | 2286 mg | 1600 mg | 9600 mg |
| L-Valina            | 286 mg  | 200 mg  | 1200 mg |
| L-Isoleucina        | 286 mg  | 200 mg  | 1200 mg |

|                          |        |        |         |
|--------------------------|--------|--------|---------|
| <b>OTRAS SUSTANCIAS:</b> |        |        |         |
| Sodio                    | 714 mg | 500 mg | 3000 mg |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

**infisport**  
SCIENCE NUTRITION



Manzana verde

## ND4<sup>®</sup> MONODOSIS

Formulado para favorecer la hidratación, aportar energía y compensar el catabolismo.

ND4<sup>®</sup> combina distintos tipos de carbohidratos en ratio 2:1 glucosa: fructosa, aminoácidos BCAA'S (100% Ajinomoto Co.) en proporción 8:1:1, L-glutamina (Kyowa Quality<sup>®</sup>) y electrolitos. Complemento alimenticio en polvo con azúcar y edulcorante.

### INGREDIENTES:

Dextrosa, fructosa, maltodextrina, citrato de sodio, L-leucina (100% Ajinomoto Co.), acidulante: ácido cítrico, L-glutamina (Kyowa Quality<sup>®</sup>), aroma, citrato de magnesio, citrato de potasio, piridoxina clorhidrato (vitamina B6), clorhidrato de tiamina (vitamina B1), L-isoleucina (100% Ajinomoto Co.), L-valina (100% Ajinomoto Co.), colorantes: curcumina e indigotina, edulcorante: sucralosa, riboflavina (vitamina B2), selenito de sodio, ácido L-ascorbico (vitamina C), acetato de DL-alfa-tocoferilo (vitamina E), sulfato de cinc.

**DOSIS RECOMENDADA:** 39-234 g / día

### MODO DE EMPLEO:

Disolver 1 sobre (39 g) en 500 ml de agua. Agitar bien antes de usar. Beber a pequeños sorbos durante entrenamientos y competiciones que superen los 60 minutos de duración.

### PESO NETO:

585 g (15 sobres de 39 g).

### ADVERTENCIAS:

Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada, variada y un modo de vida sano. No superar la dosis diaria recomendada.

ANTES

DURANTE

DESPUÉS



Kyowa  
Quality

Ajinomoto Co., s  
Pure Amino Acids

PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:





CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS



Manzana verde

## ND4<sup>®</sup> MONODOSIS

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                         | Por 100 g                   | 39 g                       | 234 g                       |
|-------------------------|-----------------------------|----------------------------|-----------------------------|
| <b>Valor energético</b> | <b>1544 kJ<br/>362 kcal</b> | <b>602 kJ<br/>141 kcal</b> | <b>3504 kJ<br/>824 kcal</b> |
| Grasas                  | 0 g                         | 0 g                        | 0 g                         |
| De las cuales:          |                             |                            |                             |
| Ácidos grasos saturados | 0 g                         | 0 g                        | 0,2 g                       |
| Hidratos de carbono     | 77 g                        | 30 g                       | 183 g                       |
| De los cuales:          |                             |                            |                             |
| Azúcares                | 51 g                        | 20 g                       | 122 g                       |
| Proteínas               | 7,7 g                       | 3 g                        | 18 g                        |
| Sal                     | 3,3 g                       | 1,3 g                      | 7,7 g                       |
| <b>VITAMINAS:</b>       |                             |                            |                             |
| Vitamina E              | 4,6 mg (39% VRN*)           | 1,8 mg (15% VRN*)          | 11 mg (92% VRN*)            |
| Vitamina C              | 31 mg (39% VRN*)            | 12 mg (15% VRN*)           | 72 mg (90% VRN*)            |
| Tiamina (B1)            | 0,44 mg (39% VRN*)          | 0,17 mg (15% VRN*)         | 0,99 mg (90% VRN*)          |
| Riboflavina (B2)        | 0,54 mg (39% VRN*)          | 0,21 mg (15% VRN*)         | 1,3 mg (93% VRN*)           |
| Vitamina B6             | 0,54 mg (39% VRN*)          | 0,21 mg (15% VRN*)         | 1,3 mg (93% VRN*)           |

|                   | Por 100 g           | 39 g               | 234 g             |
|-------------------|---------------------|--------------------|-------------------|
| <b>MINERALES:</b> |                     |                    |                   |
| Magnesio          | 144,4 mg (39% VRN*) | 56,3 mg (15% VRN*) | 338 mg (90% VRN*) |
| Zinc              | 3,9 mg (39% VRN*)   | 1,5 mg (15% VRN*)  | 8,9 mg (89% VRN*) |
| Selenio           | 21,3 mg (39% VRN*)  | 8,3 mg (15% VRN*)  | 50 mg (91% VRN*)  |
| Sodio             | 1282 mg             | 500 mg             | 3000 mg           |

|                     |         |         |         |
|---------------------|---------|---------|---------|
| <b>AMINOÁCIDOS:</b> |         |         |         |
| L-Glutamina         | 2564 mg | 1000 mg | 6000 mg |
| L-Leucina           | 4103 mg | 1600 mg | 9600 mg |
| L-Valina            | 513 mg  | 200 mg  | 1200 mg |
| L-Isoleucina        | 513 mg  | 200 mg  | 1200 mg |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes





CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS



Naranja - Limón

## AMYLOPECTIN

Formulado para el aporte energético y/o carga de carbohidratos antes, durante y después del ejercicio.

AMYLOPECTIN es un complemento alimenticio sin azúcares a base de amilopectinas de fácil disolución en agua y rápida absorción, idóneo para tomar durante y después del ejercicio. Complemento alimenticio en polvo con edulcorante.

### INGREDIENTES:

Almidón de patata (95,6%), acidulante: ácido cítrico, aromas, clorhidrato de tiamina (vitamina B1), colorante: beta-apocarotenal, edulcorante: sucralosa.

**DOSIS RECOMENDADA:** 40-80 g / día

### MODO DE EMPLEO:

#### - Antes del ejercicio:

Disolver 3 medidas (40 g) en 300-400 ml de agua.

#### - Durante el ejercicio:

Disolver 3-4 medidas (40-53 g) por cada 400 ml de agua y beber 125-200 ml de esta preparación cada 15-20 minutos.

#### - Después del ejercicio:

Disolver 4-6 medidas (53-80 g) en 400-800 ml de agua y beber a pequeños sorbos durante la primera media hora después de finalizado el ejercicio para recuperar los depósitos musculares de glucógeno.

**Disolución:** Aunque su disolución es más rápida que otros carbohidratos existentes en el mercado, su muy elevado peso molecular hace que la disolución sea algo más lenta que el azúcar o la glucosa.

### PESO NETO:

800 g polvo (20 servicios)

### ADVERTENCIAS:

Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada, variada y un modo de vida sano. No superar la dosis diaria recomendada.

ANTES

DURANTE

DESPUÉS



PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:





CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

**infisport**  
SCIENCE NUTRITION



&



Naranja - Limón

## AMYLOPECTIN

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                                       | Por 100 g           | Cantidad por dosis diaria |                     |
|---------------------------------------|---------------------|---------------------------|---------------------|
|                                       |                     | 60 g                      | 120 g               |
| Valor energético                      | 1555 kJ<br>387 kcal | 622 kJ<br>146 kcal        | 1248 kJ<br>294 kcal |
| Grasas<br>De las cuales:              | 0 g                 | 0 g                       | 0 g                 |
| Ácidos grasos saturados               | 0 g                 | 0 g                       | 0 g                 |
| Hidratos de carbono<br>De los cuales: | 90 g                | 36 g                      | 72 g                |
| Azúcares                              | 0 g                 | 0 g                       | 0 g                 |
| Proteínas                             | 0 g                 | 0 g                       | 0 g                 |
| Sal                                   | 0,03 g              | 0,01 g                    | 0,03 g              |
| VITAMINAS:                            |                     |                           |                     |
| Tiamina (B1)                          | 0,5 mg (45% VRN*)   | 0,2 mg (18% VRN*)         | 0,4 mg (36% VRN*)   |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS



Frutos del Bosque



Manzana verde



Limón

## ND4 CROSS UP<sup>®</sup>

Formulado para favorecer la hidratación, aportar energía y compensar el catabolismo.

ND4 CROSS UP<sup>®</sup> es un gel semilíquido con un concepto ergogénico integral que combina carbohidratos con ratio 2:1 glucosa:fructosa, BCAA 8:1:1, L-glutamina, magnesio y sodio. Complemento alimenticio en gel con edulcorante.

### INGREDIENTES:

Agua, maltodextrina, isomaltulosa\*\*\* (Palatinose<sup>®</sup>), sacarosa, glucosa, fructosa, magnesio citrato, L-leucina (Kyowa Quality<sup>®</sup>), sodio cloruro, L-glutamina (Kyowa Quality<sup>®</sup>), aromas, cafeína anhidra, conservadores: sorbato potásico, benzoato sódico, L-isoleucina (Kyowa Quality<sup>®</sup>), L-valina (Kyowa Quality<sup>®</sup>), ácido L-ascórbico (vitamina C), edulcorante: sucralosa, tiamina clorhidrato (vitamina B1).

\*\*\*La isomaltulosa es una fuente de glucosa y fructosa.

**DOSIS RECOMENDADA:** 1 sobre / día

### MODO DE EMPLEO:

Tomar un sobre al día seguido de 100 ml de agua en los momentos de máxima intensidad de esfuerzo.

### PESO NETO:

900 g (18 sobres de 50 g).

### ADVERTENCIAS:

Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada, variada y un modo de vida sano. No superar la dosis diaria recomendada.

\* Contiene cafeína (100 mg/50 g). No recomendado para niños ni mujeres embarazadas.

ANTES

DURANTE

DESPUÉS



Kyowa  
Quality

palatinose<sup>™</sup>  
isomaltulose

PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:

GMP

ISO 22000

ISO 9001



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS



Frutos del Bosque



Manzana verde



Limón

## ND4 CROSS UP<sup>®</sup>

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                         | Por 100 g                   | Por 50 g                   |
|-------------------------|-----------------------------|----------------------------|
| <b>Valor energético</b> | <b>1031 kJ<br/>247 kcal</b> | <b>515 kJ<br/>123 kcal</b> |
| Grasas                  | 0,004 g                     | 0,002 g                    |
| De las cuales:          |                             |                            |
| Ácidos grasos saturados | 0 g                         | 0 g                        |
| Hidratos de carbono     | 60 g                        | 30 g                       |
| De los cuales:          |                             |                            |
| Azúcares                | 38,33 g                     | 19,17 g                    |
| Proteínas               | 1,63 g                      | 0,82 g                     |
| Sal                     | 0,75 g                      | 0,38 g                     |
| <b>VITAMINAS:</b>       |                             |                            |
| Vitamina C              | 24 mg (30% VRN*)            | 12 mg (15% VRN*)           |
| Tiamina (B1)            | 0,33 mg (30% VRN*)          | 0,17 mg (15% VRN*)         |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes

|                   | Por 100 g         | Por 50 g           |
|-------------------|-------------------|--------------------|
| <b>MINERALES:</b> |                   |                    |
| Magnesio          | 141 mg (38% VRN*) | 70,5 mg (19% VRN*) |
| Sodio             | 300 mg            | 152 mg             |

|                     |        |        |
|---------------------|--------|--------|
| <b>AMINOÁCIDOS:</b> |        |        |
| L-Leucina           | 800 mg | 400 mg |
| L-Valina            | 100 mg | 50 mg  |
| L-Isoleucina        | 100 mg | 50 mg  |
| L-Glutamina         | 600 mg | 300 mg |

|                          |        |        |
|--------------------------|--------|--------|
| <b>OTRAS SUSTANCIAS:</b> |        |        |
| Cafeína                  | 200 mg | 100 mg |





CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS



Frutos del Bosque



Manzana verde



Limón

## ND4 CROSS UP<sup>®</sup>

Formulado para favorecer la hidratación, aportar energía y compensar el catabolismo.

ND4 CROSS UP<sup>®</sup> es un gel semilíquido con un concepto ergogénico integral que combina carbohidratos con ratio 2:1 glucosa:fructosa, BCAA 8:1:1, L-glutamina, magnesio y sodio. Complemento alimenticio en gel.

### INGREDIENTES:

Agua, maltodextrina, isomaltulosa\*\*\* (Palatinose<sup>®</sup>), sacarosa, glucosa, fructosa, magnesio citrato, L-leucina (Kyowa Quality<sup>®</sup>), sodio cloruro, L-glutamina (Kyowa Quality<sup>®</sup>), aroma, conservadores: sorbato potásico, benzoato sódico, L-isoleucina (Kyowa Quality<sup>®</sup>), L-valina (Kyowa Quality<sup>®</sup>), ácido L-ascórbico (vitamina C), tiamina clorhidrato (vitamina B1).

\*\*\*La isomaltulosa es una fuente de glucosa y fructosa.

**DOSIS RECOMENDADA:** 1-5 sobres / día

### MODO DE EMPLEO:

Tomar un sobre seguido de 100 ml de agua en los momentos de máxima intensidad de esfuerzo y durante los mismos.

### PESO NETO:

900 g (18 sobres de 50 g).

### ADVERTENCIAS:

Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada, variada y un modo de vida sano. No superar la dosis diaria recomendada.

ANTES

DURANTE

DESPUÉS



Kyowa  
Quality

palatinose<sup>™</sup>  
isomaltulose

PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:

GMP

ISO 22000

ISO 9001



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS



Frutos del Bosque



Manzana verde



Limón

## ND4 CROSS UP<sup>®</sup>

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                         | Por 100 g                   | Por 50 g                   | Por 250 g                   |
|-------------------------|-----------------------------|----------------------------|-----------------------------|
| <b>Valor energético</b> | <b>1031 kJ<br/>247 kcal</b> | <b>515 kJ<br/>123 kcal</b> | <b>2577 kJ<br/>616 kcal</b> |
| Grasas                  | 0,004 g                     | 0,002 g                    | 0,01 g                      |
| De las cuales:          |                             |                            |                             |
| Ácidos grasos saturados | 0 g                         | 0 g                        | 0 g                         |
| Hidratos de carbono     | 60 g                        | 30 g                       | 150 g                       |
| De los cuales:          |                             |                            |                             |
| Azúcares                | 38,33 g                     | 19,17 g                    | 95,85 g                     |
| Proteínas               | 1,63 g                      | 0,82 g                     | 4,1 g                       |
| Sal                     | 0,75 g                      | 0,38 g                     | 1,9 g                       |
| <b>VITAMINAS:</b>       |                             |                            |                             |
| Vitamina C              | 24 mg (30% VRN*)            | 12 mg (15% VRN*)           | 60 mg (75% VRN*)            |
| Tiamina (B1)            | 0,33 mg (30% VRN*)          | 0,17 mg (15% VRN*)         | 0,83 mg (75% VRN*)          |

|                   | Por 100 g         | Por 50 g           | Por 250 g           |
|-------------------|-------------------|--------------------|---------------------|
| <b>MINERALES:</b> |                   |                    |                     |
| Magnesio          | 141 mg (38% VRN*) | 70,5 mg (19% VRN*) | 352,5 mg (94% VRN*) |
| Sodio             | 300 mg            | 152 mg             | 760 mg              |

|                     |        |        |         |
|---------------------|--------|--------|---------|
| <b>AMINOÁCIDOS:</b> |        |        |         |
| L-Leucina           | 800 mg | 400 mg | 2000 mg |
| L-Valina            | 100 mg | 50 mg  | 250 mg  |
| L-Isoleucina        | 100 mg | 50 mg  | 250 mg  |
| L-Glutamina         | 600 mg | 300 mg | 1500 mg |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS



Frutos del Bosque



Manzana verde



Limón

## ND4 CROSS UP<sup>®</sup>

Formulado para favorecer la hidratación, aportar energía y compensar el catabolismo.

ND4 CROSS UP<sup>®</sup> es un gel semilíquido con un concepto ergogénico integral que combina carbohidratos con ratio 2:1 glucosa:fructosa, BCAA 8:1:1, L-glutamina, magnesio y sodio. Complemento alimenticio en gel.

### INGREDIENTES:

Agua, maltodextrina, isomaltulosa\*\*\* (Palatinose<sup>®</sup>), sacarosa, glucosa, fructosa, magnesio citrato, L-leucina (Kyowa Quality<sup>®</sup>), sodio cloruro, L-glutamina (Kyowa Quality<sup>®</sup>), aroma, conservadores: sorbato potásico, benzoato sódico, L-isoleucina (Kyowa Quality<sup>®</sup>), L-valina (Kyowa Quality<sup>®</sup>), ácido L-ascórbico (vitamina C), tiamina clorhidrato (vitamina B1).

\*\*\*La isomaltulosa es una fuente de glucosa y fructosa.

**DOSIS RECOMENDADA:** 1-5 sobres / día

### MODO DE EMPLEO:

Tomar un sobre seguido de 100 ml de agua en los momentos de máxima intensidad de esfuerzo y durante los mismos.

### PESO NETO:

900 g (18 sobres de 50 g).

### ADVERTENCIAS:

Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada, variada y un modo de vida sano. No superar la dosis diaria recomendada.

ANTES

DURANTE

DESPUÉS



Kyowa  
Quality

palatinose<sup>™</sup>  
isomaltulose

PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:

GMP

ISO 22000

ISO 9001



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS



Frutos del Bosque



Manzana verde



Limón

## ND4 CROSS UP<sup>®</sup>

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                         | Por 100 g                   | Por 50 g                   | Por 250 g                   |
|-------------------------|-----------------------------|----------------------------|-----------------------------|
| <b>Valor energético</b> | <b>1031 kJ<br/>247 kcal</b> | <b>515 kJ<br/>123 kcal</b> | <b>2577 kJ<br/>616 kcal</b> |
| Grasas                  | 0,004 g                     | 0,002 g                    | 0,01 g                      |
| De las cuales:          |                             |                            |                             |
| Ácidos grasos saturados | 0 g                         | 0 g                        | 0 g                         |
| Hidratos de carbono     | 60 g                        | 30 g                       | 150 g                       |
| De los cuales:          |                             |                            |                             |
| Azúcares                | 38,33 g                     | 19,17 g                    | 95,85 g                     |
| Proteínas               | 1,63 g                      | 0,82 g                     | 4,1 g                       |
| Sal                     | 0,75 g                      | 0,38 g                     | 1,9 g                       |
| <b>VITAMINAS:</b>       |                             |                            |                             |
| Vitamina C              | 24 mg (30% VRN*)            | 12 mg (15% VRN*)           | 60 mg (75% VRN*)            |
| Tiamina (B1)            | 0,33 mg (30% VRN*)          | 0,17 mg (15% VRN*)         | 0,83 mg (75% VRN*)          |

|                   | Por 100 g         | Por 50 g           | Por 250 g           |
|-------------------|-------------------|--------------------|---------------------|
| <b>MINERALES:</b> |                   |                    |                     |
| Magnesio          | 141 mg (38% VRN*) | 70,5 mg (19% VRN*) | 352,5 mg (94% VRN*) |
| Sodio             | 300 mg            | 152 mg             | 760 mg              |

|                     |        |        |         |
|---------------------|--------|--------|---------|
| <b>AMINOÁCIDOS:</b> |        |        |         |
| L-Leucina           | 800 mg | 400 mg | 2000 mg |
| L-Valina            | 100 mg | 50 mg  | 250 mg  |
| L-Isoleucina        | 100 mg | 50 mg  | 250 mg  |
| L-Glutamina         | 600 mg | 300 mg | 1500 mg |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes





CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

COLA

Cola

COLA+

Cola Plus

## GEL ORAL

Formulado para favorecer el aporte de energía durante el ejercicio.

I GEL ORAL aporta carbohidratos de alto índice glucémico junto a cafeína, L-glutamina, L-taurina, magnesio, zinc, vitamina E, C, B1 y B2.

Complemento alimenticio en gel con azúcar y edulcorante.

### INGREDIENTES:

Maltodextrina, agua, glucosa, L-taurina, L-glutamina (Kyowa Quality®), magnesio citrato, sodio cloruro, acidulante: ácido cítrico, espesante: pectina manzana, acidulante: potasio citrato, cafeína anhidra, aroma, conservadores: sorbato potásico, benzoato sódico, sodio citrato, ácido L-ascorbico (vitamina C), zinc gluconato, d-alfa-tocoferol (vitamina E), edulcorante: sucralosa, riboflavina (vitamina B2), tiamina clorhidrato (vitamina B1).

**DOSIS RECOMENDADA:** 1 sobre / día

### MODO DE EMPLEO:

Tomar un sobre al día, seguido de 100 ml de agua en los momentos de máxima intensidad de esfuerzo.

### PESO NETO:

900 g (18 sobres de 50 g).

### ADVERTENCIAS:

Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada, variada y un modo de vida sano. No superar la dosis diaria recomendada.

\* Contiene cafeína (100mg/50 g).

No recomendado para niños ni mujeres embarazadas.

Tomar el producto con mucha agua para asegurarse de que la sustancia llega al estómago. Se advierte de peligro de asfixia para personas con problemas de deglución. Evitar el consumo junto con medicamentos y otros complementos alimenticios a base de fibra.

ANTES

DURANTE

DESPUÉS



Kyowa  
Quality



PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:

GMP

ISO 22000

ISO 9001



CARBOHIDRATOS

CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNASSALES  
MINERALESPROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOSCONTROL  
DE PESO

SUPLEMENTOS

NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS**infisport**  
SCIENCE NUTRITION

COLA

Cola

COLA+

Cola Plus

## GEL ORAL

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                         | Por 100 g                   | Por 50 g**                 |
|-------------------------|-----------------------------|----------------------------|
| <b>Valor energético</b> | <b>1006 kJ<br/>241 kcal</b> | <b>503 kJ<br/>120 kcal</b> |
| Grasas                  | 0,01 g                      | 0,005 g                    |
| De las cuales:          |                             |                            |
| Ácidos grasos saturados | 0 g                         | 0 g                        |
| Hidratos de carbono     | 60 g                        | 30 g                       |
| De los cuales:          |                             |                            |
| Azúcares                | 23,48 g                     | 11,74 g                    |
| Proteínas               | 2,07 g                      | 1,04 g                     |
| Sal                     | 0,77 g                      | 0,38 g                     |
| <b>VITAMINAS:</b>       |                             |                            |
| Vitamina E              | 4,8 mg (40% VRN*)           | 2,4 mg (20% VRN*)          |
| Vitamina C              | 32 mg (40% VRN*)            | 16 mg (20% VRN*)           |
| Tiamina (B1)            | 0,44 mg (40% VRN*)          | 0,22 mg (20% VRN*)         |
| Vitamina B2             | 0,56 mg (40% VRN*)          | 0,28 mg (20% VRN*)         |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes

|                          | Por 100 g           | Por 50 g**         |
|--------------------------|---------------------|--------------------|
| <b>MINERALES:</b>        |                     |                    |
| Magnesio                 | 112,5 mg (30% VRN*) | 56,3 mg (15% VRN*) |
| Zinc                     | 3 mg (30% VRN*)     | 1,5 mg (15% VRN*)  |
| Sodio                    | 308 mg              | 152 mg             |
| <b>AMINOÁCIDOS:</b>      |                     |                    |
| L-Glutamina              | 1000 mg             | 500 mg             |
| Taurina                  | 1000 mg             | 500 mg             |
| <b>OTRAS SUSTANCIAS:</b> |                     |                    |
| Cafeína                  | 200 mg              | 100 mg             |



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

COLA

Cola

COLA+

Cola Plus

## GEL ORAL

Formulado para favorecer el aporte de energía durante el ejercicio.

**I** GEL ORAL GEL ORAL aporta carbohidratos de alto índice glucémico junto a cafeína, L-glutamina, L-taurina, magnesio, zinc, vitamina E, C, B1 y B2. Complemento alimenticio en gel con azúcar y edulcorante.

### INGREDIENTES:

Maltodextrina, agua, glucosa, L-taurina, L-glutamina (Kyowa Quality®), magnesio citrato, sodio cloruro, acidulante: ácido cítrico, espesante: pectina manzana, cafeína anhidra, acidulante: potasio citrato, aroma, conservadores: sorbato potásico, benzoato sódico, sodio citrato, ácido L-ascorbico (vitamina C), zinc gluconato, edulcorante: sucralosa, d-alfa-tocoferol (vitamina E), riboflavina (vitamina B2), tiamina clorhidrato (vitamina B1).

**I** DOSIS RECOMENDADA: 1 sobre / día

### MODO DE EMPLEO:

Tomar un sobre al día, seguido de 100 ml de agua en los momentos de máxima intensidad de esfuerzo.

### PESO NETO:

900 g (18 sobres de 50 g).

### ADVERTENCIAS:

Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada, variada y un modo de vida sano. No superar la dosis diaria recomendada.

\* Contiene cafeína (150mg/50 g) No recomendado para niños ni mujeres embarazadas.

Tomar el producto con mucha agua para asegurarse de que la sustancia llega al estómago. Se advierte de peligro de asfixia para personas con problemas de deglución. Evitar el consumo junto con medicamentos y otros complementos alimenticios a base de fibra.

ANTES

DURANTE

DESPUÉS



Kyowa  
Quality



PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:

GMP

ISO 22000

ISO 9001



CARBOHIDRATOS

CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNASSALES  
MINERALESPROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOSCONTROL  
DE PESO

SUPLEMENTOS

NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS**infisport**  
SCIENCE NUTRITION

COLA

Cola

COLA+

Cola Plus

## GEL ORAL

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                         | Por 100 g                   | Por 50 g**                 |
|-------------------------|-----------------------------|----------------------------|
| <b>Valor energético</b> | <b>1006 kJ<br/>241 kcal</b> | <b>503 kJ<br/>120 kcal</b> |
| Grasas                  | 0,01 g                      | 0,005 g                    |
| De las cuales:          |                             |                            |
| Ácidos grasos saturados | 0 g                         | 0 g                        |
| Hidratos de carbono     | 60 g                        | 30 g                       |
| De los cuales:          |                             |                            |
| Azúcares                | 23,48 g                     | 11,74 g                    |
| Proteínas               | 2,07 g                      | 1,04 g                     |
| Sal                     | 0,77 g                      | 0,38 g                     |
| <b>VITAMINAS:</b>       |                             |                            |
| Vitamina E              | 4,8 mg (40% VRN*)           | 2,4 mg (20% VRN*)          |
| Vitamina C              | 32 mg (40% VRN*)            | 16 mg (20% VRN*)           |
| Tiamina (B1)            | 0,44 mg (40% VRN*)          | 0,22 mg (20% VRN*)         |
| Vitamina B2             | 0,56 mg (40% VRN*)          | 0,28 mg (20% VRN*)         |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes

|                     | Por 100 g           | Por 50 g**         |
|---------------------|---------------------|--------------------|
| <b>MINERALES:</b>   |                     |                    |
| Magnesio            | 112,5 mg (30% VRN*) | 56,3 mg (15% VRN*) |
| Zinc                | 3 mg (30% VRN*)     | 1,5 mg (15% VRN*)  |
| Sodio               | 308 mg              | 152 mg             |
| <b>AMINOÁCIDOS:</b> |                     |                    |
| L-Glutamina         | 1000 mg             | 500 mg             |
| Taurina             | 1000 mg             | 500 mg             |
|                     |                     |                    |
| Cafeína             | 300 mg              | 150 mg             |





CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS



Frutos del Boque



Limón

## ND3 CROSS UP®

Formulado para favorecer el aporte de energía durante el ejercicio

ND3 CROSS UP® es un gel semilíquido en sobre ergonómico que combina 5 tipos de carbohidratos con BCCA'S (proporción 8:1:1), L-Glutamina, Magnesio y Sodio. Complemento alimenticio en gel.

### INGREDIENTES:

Agua, maltodextrina, isomaltulosa, sacarosa, glucosa, almidón, magnesio citrato, L-leucina, sodio cloruro, L-glutamina, aroma cítrico, L-valina, L-isoleucina, conservadores: sorbato potásico, benzoato sódico, ácido L-ascórbico (vitamina C), colorante: betacaroteno, tiamina clorhidrato (vitamina B1).

**DOSIS RECOMENDADA:** 1-5 sobres / día

### MODO DE EMPLEO:

Tomar un sobre al día, seguido de 100 ml de agua en los momentos de máxima intensidad de esfuerzo y durante los mismos.

### PESO NETO:

900 g (18 sobres de 50 g).

ND3 CROSS UP® se presenta en displays reciclables que contienen 18 sobres de 50 g.

### ADVERTENCIAS:

Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar a temperatura ambiente en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada, variada y un modo de vida sano. No superar la dosis diaria recomendada.

ANTES

DURANTE

DESPUÉS



PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:





CARBOHIDRATOS

CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNASSALES  
MINERALESPROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOSCONTROL  
DE PESO

SUPLEMENTOS

NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS**infisport**  
SCIENCE NUTRITION

Frutos del Boque



Limón

## ND3 CROSS UP<sup>®</sup>

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                                       | Por 100 g                   | Por sobre<br>(50 g)          | Por 5 sobres<br>(250 g)       |
|---------------------------------------|-----------------------------|------------------------------|-------------------------------|
| <b>Valor energético</b>               | <b>1030 kJ<br/>243 kcal</b> | <b>515 kJ<br/>121,5 kcal</b> | <b>2575 kJ<br/>607,5 kcal</b> |
| Grasas<br>De las cuales:              | 0 g                         | 0 g                          | 0 g                           |
| Ácidos grasos saturados               | 0 g                         | 0 g                          | 0 g                           |
| Hidratos de carbono<br>De los cuales: | 59,3 g                      | 29,65 g                      | 148,25 g                      |
| Azúcares                              | 11,8 g                      | 5,9 g                        | 29,5 g                        |
| Proteínas                             | 1,45 g                      | 0,73 g                       | 3,65 g                        |
| Sal                                   | 0,93 g                      | 0,47 g                       | 2,35 g                        |
| <b>VITAMINAS:</b>                     |                             |                              |                               |
| Vitamina C                            | 24 mg (30% VRN*)            | 12 mg (15% VRN*)             | 60 mg (75% VRN*)              |
| Vitamina B1                           | 0,33 mg (30% VRN*)          | 0,165 mg (15% VRN*)          | 0,83 mg (75% VRN*)            |

|                   | Por 100 g           | Por sobre 50 g     | Por 5 sobres<br>(250 g) |
|-------------------|---------------------|--------------------|-------------------------|
| <b>MINERALES:</b> |                     |                    |                         |
| Magnesio          | 127,4 mg (34% VRN*) | 63,7 mg (17% VRN*) | 318,5 mg (85% VRN*)     |
| Sodio             | 370 mg              | 185 mg             | 925 mg                  |

|                     |        |        |         |
|---------------------|--------|--------|---------|
| <b>AMINOÁCIDOS:</b> |        |        |         |
| L-Leucina           | 800 mg | 400 mg | 2000 mg |
| L-Valina            | 100 mg | 50 mg  | 250 mg  |
| L-Isoleucina        | 100 mg | 50 mg  | 250 mg  |
| L-Glutamina         | 592 mg | 296 mg | 1480 mg |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS



Frutos del Bosque



Limón

## ND3 CROSS UP<sup>®</sup>

Formulado para favorecer el aporte de energía durante el ejercicio

ND3 CROSS UP<sup>®</sup> es un gel semilíquido en sobre ergonómico que combina 5 tipos de carbohidratos con BCCA'S (proporción 8:1:1), L-Glutamina, Magnesio y Sodio. Complemento alimenticio en gel.

### INGREDIENTES:

Agua, maltodextrina, \*isomaltulosa (Palatinose<sup>®</sup>), sacarosa, glucosa, magnesio citrato, L-leucina, sodio cloruro, L-glutamina, aromas, zumo arandano rojo concentrado (0,2%), cafeína anhidra, L-isoleucina, L-valina, conservadores: sorbato potásico, benzoato sodico, ácido l-ascorbico (vitamina C), edulcorante: sucralosa, tiamina clorhidrato (vitamina B1).

\* La isomaltulosa es una fuente de glucosa y fructosa.

**DOSIS RECOMENDADA:** 1 sobre / día

### MODO DE EMPLEO:

Tomar un sobre al día, seguido de 100 ml de agua en los momentos de máxima intensidad de esfuerzo.

### PESO NETO:

900 g (18 sobres de 50 g).

ND3 CROSS UP<sup>®</sup> se presenta en displays reciclables que contienen 18 sobres de 50 g.

### ADVERTENCIAS:

Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar a temperatura ambiente en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada, variada y un modo de vida sano. No superar la dosis diaria recomendada.

\* Contiene cafeína, no recomendado para niños ni mujeres embarazadas. (1 sobre = 80 mg / cafeína)

ANTES

DURANTE

DESPUÉS



PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:





CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS



Frutos del Boque



Limón

## ND3 CROSS UP<sup>®</sup>

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                         | Por 100 g                     | Por sobre 50 g             |
|-------------------------|-------------------------------|----------------------------|
| <b>Valor energético</b> | <b>1020 kJ<br/>240,5 kcal</b> | <b>510 kJ<br/>120 kcal</b> |
| Grasas                  | <0,5 g                        | <0,5 g                     |
| De las cuales:          |                               |                            |
| Ácidos grasos saturados | <0,1 g                        | <0,1 g                     |
| Hidratos de carbono     | 57,9 g                        | 29 g                       |
| De los cuales:          |                               |                            |
| Azúcares                | 13,3 g                        | 6,7 g                      |
| Proteínas               | 2,1 g                         | 1,1 g                      |
| Sal                     | 0,73 g                        | 0,37 g                     |
| <b>VITAMINAS:</b>       |                               |                            |
| Vitamina C              | 24 mg (30% VRN*)              | 12 mg (15% VRN*)           |
| Vitamina B1             | 0,33 mg (30% VRN*)            | 0,17 mg (15% VRN*)         |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes

|                     | Por 100 g           | Por sobre 50 g       |
|---------------------|---------------------|----------------------|
| <b>MINERALES:</b>   |                     |                      |
| Magnesio            | 141 mg (37,6% VRN*) | 70,5 mg (18,8% VRN*) |
| Sodio               | 292 mg              | 146 mg               |
| <b>AMINOÁCIDOS:</b> |                     |                      |
| L-Leucina           | 800 mg              | 400 mg               |
| L-Valina            | 100 mg              | 50 mg                |
| L-Isoleucina        | 100 mg              | 50 mg                |
| L-Glutamina         | 592 mg              | 296 mg               |
| Cafeína             | 160 mg              | 80 mg                |





CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS



Granada



Granada/Cafeína



Cítrico/Cafeína



Cítrico

## ND3<sup>®</sup> SOLID

Formulada para favorecer el aporte de energía durante el ejercicio

ND3 SOLID<sup>®</sup> es una barrita con delicioso sabor a fruta prensada de fácil asimilación, contiene BCAA'S en proporción 8:1:1, L-Glutamina, magnesio, zinc y vitaminas E, C y B1.

### INGREDIENTES:

Sacarosa, puré de manzana, jarabe de glucosa de trigo, agua, jarabe de azúcar invertido, acidificante: ácido cítrico, gelificante: pectina, fibra de bambú, L-leucina (0,8%), aromas, ácido glutámico (0,31%), óxido de magnesio, L-valina (0,1%), L-isoleucina (0,1%), ácido ascórbico (vitamina C), tocoferol acetato (vitamina E), óxido de zinc, piridoxina clorhidrato (vitamina B6), tiamina clorhidrato (vitamina B1).

### MODO DE EMPLEO:

Para aprovechar totalmente su formulación aconsejamos tomarlas durante los momentos de máximo esfuerzo.

PESO NETO: 840 g (21 barritas de 40 g).

Infisport ND3 SOLID<sup>®</sup> se presenta en cajitas expositoras conteniendo 21 barritas de 40 grs.

### ADVERTENCIAS:

Conservar en un lugar fresco seco y al abrigo de la luz.

ANTES

DURANTE

DESPUÉS





CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS



Granada



Granada/Cafeína



Cítrico/Cafeína



Cítrico

## ND3<sup>®</sup> SOLID

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                         | Por 100 g                 | Por 40 g               |
|-------------------------|---------------------------|------------------------|
| <b>Valor energético</b> | <b>1296 kJ / 310 kcal</b> | <b>518 kJ/124 kcal</b> |
| Grasas                  | <0,5 g                    | <0,5 g                 |
| De las cuales:          |                           |                        |
| Ácidos grasos saturados | <0,1 g                    | <0,1 g                 |
| Hidratos de carbono     | 76 g                      | 30 g                   |
| De los cuales:          |                           |                        |
| Azúcares                | 71 g                      | 28 g                   |
| Proteínas               | <0,5 g                    | <0,5 g                 |
| Sal                     | 0,08 g                    | 0,03 g                 |
| <b>VITAMINAS:</b>       |                           |                        |
| Vitamina E              | 6 mg (50% VRN*)           | 2,4 mg (20% VRN*)      |
| Vitamina C              | 38 mg (47,5% VRN*)        | 15,2 mg (19% VRN*)     |
| Tiamina (B1)            | 0,45 mg (41% VRN*)        | 0,18 mg (16% VRN*)     |
| Vitamina B6             | 0,52 mg (37% VRN*)        | 0,21 mg (15% VRN*)     |
| <b>MINERALES:</b>       |                           |                        |
| Zinc                    | 4,2 mg (42% VRN*)         | 1,7 mg (17% VRN*)      |

|                     | Por 100 g | Por 40 g |
|---------------------|-----------|----------|
| <b>AMINOÁCIDOS:</b> |           |          |
| L-Leucina           | 800 mg    | 320 mg   |
| Glutamina           | 310 mg    | 124 mg   |
| L-Valina            | 100 mg    | 40 mg    |
| L-Isoleucina        | 100 mg    | 40 mg    |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS



Granada



Granada/Cafeína



Cítrico/Cafeína



Cítrico

## ND3<sup>®</sup> SOLID

Formulada para favorecer el aporte de energía durante el ejercicio

ND3 SOLID<sup>®</sup> es una barrita con delicioso sabor a fruta prensada de fácil asimilación, contiene BCAA'S en proporción 8:1:1, L-Glutamina, magnesio, zinc y vitaminas E, C y B1.

### INGREDIENTES:

Sacarosa, pure de manzana, jarabe de glucosa de trigo, agua, jarabe de glucosa invertido, acidificante: ácido cítrico, gelificante: pectina, fibra de bambú, L-leucina (0,8%), aromas, ácido glutámico (0,31%), óxido de magnesio, cafeína anhidra, L-valina, L-isoleucina, ácido ascórbico (vitamina C), tocoferol acetato (vitamina E), óxido de zinc, piridoxina clorhidrato (vitamina B6), tiamina clorhidrato (vitamina B1).

### MODO DE EMPLEO:

Para aprovechar totalmente su formulación aconsejamos tomarlas durante los momentos de máximo esfuerzo.

**PESO NETO:** 840 g (21 barritas de 40 g).

Infisport ND3 SOLID<sup>®</sup> se presenta en cajitas expositoras conteniendo 21 barritas de 40 grs.

### ADVERTENCIAS:

Conservar en un lugar fresco seco y al abrigo de la luz.

ANTES

DURANTE

DESPUÉS





CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS



Granada



Granada/Cafeína



Cítrico/Cafeína



Cítrico

## ND3<sup>®</sup> SOLID

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                         | Por 100 g                 | Por 40 g               |
|-------------------------|---------------------------|------------------------|
| <b>Valor energético</b> | <b>1296 kJ / 310 kcal</b> | <b>518 kJ/124 kcal</b> |
| Grasas                  | <0,5 g                    | <0,5 g                 |
| De las cuales:          |                           |                        |
| Ácidos grasos saturados | <0,1 g                    | <0,1 g                 |
| Hidratos de carbono     | 76 g                      | 30 g                   |
| De los cuales:          |                           |                        |
| Azúcares                | 71 g                      | 28 g                   |
| Proteínas               | <0,5 g                    | <0,5 g                 |
| Sal                     | 0,08 g                    | 0,03 g                 |
| <b>VITAMINAS:</b>       |                           |                        |
| Vitamina E              | 6 mg (50% VRN*)           | 2,4 mg (20% VRN*)      |
| Vitamina C              | 38 mg (47,5% VRN*)        | 15,2 mg (19% VRN*)     |
| Tiamina (B1)            | 0,45 mg (41% VRN*)        | 0,18 mg (16% VRN*)     |
| Vitamina B6             | 0,52 mg (37% VRN*)        | 0,21 mg (15% VRN*)     |
| <b>MINERALES:</b>       |                           |                        |
| Zinc                    | 4,2 mg (42% VRN*)         | 1,7 mg (17% VRN*)      |

|                     | Por 100 g | Por 40 g |
|---------------------|-----------|----------|
| <b>AMINOÁCIDOS:</b> |           |          |
| L-Leucina           | 800 mg    | 320 mg   |
| Glutamina           | 310 mg    | 124 mg   |
| L-Valina            | 100 mg    | 40 mg    |
| L-Isoleucina        | 100 mg    | 40 mg    |
| Cafeína             | 125 mg    | 50 mg    |





CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS



Granada



Granada/Cafeína



Cítrico/Cafeína



Cítrico

## ND3<sup>®</sup> SOLID

Formulada para favorecer el aporte de energía durante el ejercicio

ND3 SOLID<sup>®</sup> es una barrita con delicioso sabor a fruta prensada de fácil asimilación, contiene BCAA'S en proporción 8:1:1, L-Glutamina, magnesio, zinc y vitaminas E, C y B1.

### INGREDIENTES:

Sacarosa, jarabe de glucosa de trigo, puré de frutas (manzana, granada 4,5%), frambuesa, agua, jarabe de sacarosa invertido, acidificante: ácido cítrico, gelificante: pectina, aroma natural, fibra de bambú, L-leucina (0,8%), ácido glutámico (0,31%), óxido de magnesio, cafeína anhidra, L-valina (0,1%), L-isoleucina (0,1%), ácido ascórbico (vitamina C), tocoferol acetato (vitamina E), óxido de zinc, piridoxina clorhidrato (vitamina B6), tiamina clorhidrato (vitamina B1).

### MODO DE EMPLEO:

Para aprovechar totalmente su formulación aconsejamos tomarlas durante los momentos de máximo esfuerzo.

PESO NETO: 840 g (21 barritas de 40 g).

Infisport ND3 SOLID<sup>®</sup> se presenta en cajitas expositoras conteniendo 21 barritas de 40 grs.

### ADVERTENCIAS:

Conservar en un lugar fresco seco y al abrigo de la luz.

ANTES

DURANTE

DESPUÉS





CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS



Granada



Granada/Cafeína



Cítrico/Cafeína



Cítrico

## ND3<sup>®</sup> SOLID

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                         | Por 100 g                 | Por 40 g               |
|-------------------------|---------------------------|------------------------|
| <b>Valor energético</b> | <b>1319 kJ / 316 kcal</b> | <b>528 kJ/126 kcal</b> |
| Grasas                  | <0,5 g                    | <0,5 g                 |
| De las cuales:          |                           |                        |
| Ácidos grasos saturados | <0,1 g                    | <0,1 g                 |
| Hidratos de carbono     | 77 g                      | 31 g                   |
| De los cuales:          |                           |                        |
| Azúcares                | 72 g                      | 29 g                   |
| Proteínas               | <0,5 g                    | <0,5 g                 |
| Sal                     | 0,06 g                    | 002 g                  |

### VITAMINAS:

|              |                    |                    |
|--------------|--------------------|--------------------|
| Vitamina E   | 6 mg (50% VRN*)    | 2,4 mg (20% VRN*)  |
| Vitamina C   | 38 mg (47,5% VRN*) | 15,2 mg (19% VRN*) |
| Tiamina (B1) | 0,45 mg (41% VRN*) | 0,18 mg (16% VRN*) |
| Vitamina B6  | 0,52 mg (37% VRN*) | 0,21 mg (15% VRN*) |
|              |                    |                    |

### MINERALES:

|      |                   |                   |
|------|-------------------|-------------------|
| Zinc | 4,2 mg (42% VRN*) | 1,7 mg (17% VRN*) |
|------|-------------------|-------------------|

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes

### AMINOÁCIDOS:

|              | Por 100 g | Por 40 g |
|--------------|-----------|----------|
| L-Leucina    | 800 mg    | 320 mg   |
| Glutamina    | 312 mg    | 125 mg   |
| L-Valina     | 100 mg    | 40 mg    |
| L-Isoleucina | 100 mg    | 40 mg    |
| Cafeína      | 125 mg    | 50 mg    |



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS



Granada



Granada/Cafeína



Cítrico/Cafeína



Cítrico

## ND3<sup>®</sup> SOLID

Formulada para favorecer el aporte de energía durante el ejercicio

ND3 SOLID<sup>®</sup> es una barrita con delicioso sabor a fruta prensada de fácil asimilación, contiene BCAA'S en proporción 8:1:1, L-Glutamina, zinc y vitaminas E, C y B1.

### INGREDIENTES:

Sacarosa, jarabe de glucosa de trigo, puré de frutas (manzana, granada 4,5%, frambuesa), agua, jarabe de glucosa invertido, acidificante: ácido cítrico, gelificante: pectina, aroma natural, fibra de bambú, L- leucina (0,8%), ácido glutámico (0,31%), óxido de magnesio, L-valina (0,1%), L-isoleucina (0,1%), ácido ascórbico (vitamina C), tocoferol acetato (vitamina E), óxido de zinc, piridoxina clorhidrato (vitamina B6), tiamina clorhidrato (vitamina B1).

### MODO DE EMPLEO:

Para aprovechar totalmente su formulación aconsejamos tomarlas durante los momentos de máximo esfuerzo.

PESO NETO: 840 g (21 barritas de 40 g).

Infisport ND3 SOLID<sup>®</sup> se presenta en cajitas expositoras conteniendo 21 barritas de 40 grs.

### ADVERTENCIAS:

Conservar en un lugar fresco seco y al abrigo de la luz.

ANTES

DURANTE

DESPUÉS





CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS



Granada



Granada/Cafeína



Cítrico/Cafeína



Cítrico

## ND3<sup>®</sup> SOLID

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                         | Por 100 g                 | Por 40 g               |
|-------------------------|---------------------------|------------------------|
| <b>Valor energético</b> | <b>1319 kJ / 316 kcal</b> | <b>528 kJ/126 kcal</b> |
| Grasas                  | <0,5 g                    | <0,5 g                 |
| De las cuales:          |                           |                        |
| Ácidos grasos saturados | <0,1 g                    | <0,1 g                 |
| Hidratos de carbono     | 77 g                      | 31 g                   |
| De los cuales:          |                           |                        |
| Azúcares                | 72 g                      | 29 g                   |
| Proteínas               | <0,5 g                    | <0,5 g                 |
| Sal                     | 0,06 g                    | 0,02 g                 |

### VITAMINAS:

|              |                    |                    |
|--------------|--------------------|--------------------|
| Vitamina E   | 6 mg (50% VRN*)    | 2,4 mg (20% VRN*)  |
| Vitamina C   | 38 mg (47,5% VRN*) | 15,2 mg (19% VRN*) |
| Tiamina (B1) | 0,45 mg (41% VRN*) | 0,18 mg (16% VRN*) |
| Vitamina B6  | 0,52 mg (37% VRN*) | 0,21 mg (15% VRN*) |

### MINERALES:

|      |                   |                   |
|------|-------------------|-------------------|
| Zinc | 4,2 mg (42% VRN*) | 1,7 mg (17% VRN*) |
|------|-------------------|-------------------|

### AMINOÁCIDOS:

|              | Por 100 g | Por 40 g |
|--------------|-----------|----------|
| L-Leucina    | 800 mg    | 320 mg   |
| L-Glutamina  | 310 mg    | 124 mg   |
| L-Valina     | 100 mg    | 40 mg    |
| L-Isoleucina | 100 mg    | 40 mg    |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

**infisport**  
SCIENCE NUTRITION



Chocolate blanco, almendras, pasas y miel



Lima - Limón

## ENERGY BAR THE ORIGINAL

Barrita energética con almendra y chocolate blanco con edulcorantes.

ENERGY BAR THE ORIGINAL es una barrita con cobertura de chocolate blanco a base de almendra, pasas, miel y harina de arroz y maíz. Alto contenido en fibra y fuente de vitaminas y minerales. Sin gluten. Sin aceite de palma.

### INGREDIENTES:

Jarabe de oligofructosa, chocolate blanco 29% cacao con edulcorantes (edulcorante: maltitol, manteca de cacao, **LECHE** entera en polvo, emulgente: lecitina de **SOJA**, edulcorante: acesulfamo potásico, aroma) (15%), **LECHE** desnatada en polvo, maltodextrina, **ALMENDRA** (8,6%), pasas sultanas (8,6%), inulina en polvo, harina de arroz, espesante: almidón de maíz, miel (2,1%), mezcla de sales minerales y vitaminas (fosfato de calcio, carbonato de magnesio, ácido de L-ascórbico, acetato de DL-alfa-tocoferilo, sulfato de zinc, nicotinamida, acetato de retinilo, D-pantotenato cálcico, clorhidrato de piridoxina, clorhidrato de tiamina, riboflavina, ácido pteroilmonoglutámico, D-biotina, colecalciferol, cianocobalamina), aroma, sal marina.

Puede contener trazas de huevo, cacahuete, otros frutos de cáscara, sésamo, sulfitos y/o derivados de los mismos.

### MODO DE EMPLEO:

Puede tomarse en cualquier momento del día.

**PESO NETO:** 960 g (24 barritas de 40 g).

### ADVERTENCIAS:

Conservar en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz.

ANTES

DURANTE

DESPUÉS



PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:

IFS GMP ISO 22000 ISO 9001 ISO 14001





CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS



Chocolate blanco, almendras, pasas y miel



Lima - Limón

## ENERGY BAR THE ORIGINAL

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                         | 100 g                   | 40 g                   |
|-------------------------|-------------------------|------------------------|
| <b>Valor energético</b> | <b>1398 kJ/335 kcal</b> | <b>559 kJ/134 kcal</b> |
| Grasas                  | 10,9 g                  | 4,4 g                  |
| De las cuales:          |                         |                        |
| Ácidos grasos saturados | 4 g                     | 1,6 g                  |
| Carbohidratos           | 42 g                    | 16,8 g                 |
| De los cuales:          |                         |                        |
| Azúcares                | 20,9 g                  | 8,4 g                  |
| Polialcoholes           | 7,5 g                   | 3 g                    |
| Fibra Alimentaria       | 24 g                    | 9,6 g                  |
| Proteínas               | 8,2 g                   | 3,3 g                  |
| Sal                     | 0,33 g                  | 0,13 g                 |
| <b>VITAMINAS:</b>       |                         |                        |
| Vitamina A              | 300 µg (38% VRN*)       | 120 µg (15% VRN*)      |
| Vitamina D              | 1,88 µg (38% VRN*)      | 0,75 µg (15% VRN*)     |
| Vitamina E              | 4,5 mg (38% VRN*)       | 1,8 mg (15% VRN*)      |
| Vitamina C              | 30 mg (38% VRN*)        | 12 mg (15% VRN*)       |
| Tiamina (B1)            | 0,43 mg (38% VRN*)      | 0,17 mg (15% VRN*)     |
| Riboflavina (B2)        | 0,53 mg (38% VRN*)      | 0,21 mg (15% VRN*)     |
| Niacina (B3)            | 6 mg (38% VRN*)         | 2,4 mg (15% VRN*)      |
| Vitamina B6             | 0,53 mg (38% VRN*)      | 0,21 mg (15% VRN*)     |
| Ácido Fólico (B9)       | 75 µg (38% VRN*)        | 30 µg (15% VRN*)       |
| Vitamina B12            | 0,95 µg (38% VRN*)      | 0,38 µg (15% VRN*)     |
| Biotina (B8)            | 18,8 µg (38% VRN*)      | 7,5 µg (15% VRN*)      |
| Ácido Pantoténico (B5)  | 2,3 mg (38% VRN*)       | 0,38 mg (15% VRN*)     |

|                   | 100 g             | 40 g               |
|-------------------|-------------------|--------------------|
| <b>MINERALES:</b> |                   |                    |
| Calcio            | 335 mg (42% VRN*) | 134 mg (17% VRN*)  |
| Fósforo           | 263 mg (38% VRN*) | 105 mg (15% VRN*)  |
| Magnesio          | 141 mg (38% VRN*) | 56,4 mg (15% VRN*) |
| Zinc              | 3,8 mg (38% VRN*) | 1,5 mg (15% VRN*)  |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

**infisport**  
SCIENCE NUTRITION



Chocolate blanco, almendras, pasas y miel



Lima - Limón

## ENERGY BAR LIME-LEMON

Barrita energética con almendra y chocolate blanco con edulcorantes sabor lima-limón.

ENERGY BAR lima-limón es una barrita con cobertura de chocolate blanco a base de almendra, pasas, miel y harina de arroz y maíz. Alto contenido en fibra y fuente de vitaminas y minerales. Sin gluten. Sin aceite de palma.

### INGREDIENTES:

Jarabe de oligofructosa, chocolate blanco 29% cacao con edulcorantes (edulcorante: maltitol, manteca de cacao, **LECHE** entera en polvo, emulgente: lecitina de **SOJA**, edulcorante: acesulfamo potásico, aroma) (15,5%), **LECHE** desnatada en polvo, maltodextrina, **ALMENDRA** (8,9%), pasas sultanas (8,9%), inulina en polvo, harina de arroz, almidón de maíz, miel (2,2%), mezcla de sales minerales y vitaminas (fosfato de calcio, carbonato de magnesio, ácido de L-ascórbico, acetato de DL-alfa-tocoferilo, sulfato de zinc, nicotinamida, acetato de retinilo, D-pantotenato cálcico, clorhidrato de piridoxina, clorhidrato de tiamina, riboflavina, ácido pteroilmonoglutámico, D-biotina, colecalciferol, cianocobalamina), aroma, sal marina.

Puede contener trazas de huevo, cacahuete, otros frutos de cáscara, sésamo, sulfitos y/o derivados de los mismos.

### MODO DE EMPLEO:

Puede tomarse en cualquier momento del día.

**PESO NETO:** 960 g (24 barritas de 40 g).

### ADVERTENCIAS:

Conservar en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz.

ANTES

DURANTE

DESPUÉS



PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:

IFS GMP ISO 22000 ISO 9001 ISO 14001



CARBOHIDRATOS

CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNASSALES  
MINERALESPROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOSCONTROL  
DE PESO

SUPLEMENTOS

NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS**infisport**  
SCIENCE NUTRITION

Chocolate blanco, almendras, pasas y miel



Lima - Limón

## ENERGY BAR LIME-LEMON

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                         | 100 g                   | 40 g                   |
|-------------------------|-------------------------|------------------------|
| <b>Valor energético</b> | <b>1366 kJ/328 kcal</b> | <b>547 kJ/131 kcal</b> |
| Grasas                  | 11 g                    | 4,4 g                  |
| De las cuales:          |                         |                        |
| Ácidos grasos saturados | 4 g                     | 1,6 g                  |
| Carbohidratos           | 40 g                    | 16 g                   |
| De los cuales:          |                         |                        |
| Azúcares                | 19,6 g                  | 7,8 g                  |
| Polialcoholes           | 7,1 g                   | 2,9 g                  |
| Fibra Alimentaria       | 24 g                    | 9,6 g                  |
| Proteínas               | 8,2 g                   | 3,3 g                  |
| Sal                     | 0,33 g                  | 0,13 g                 |
| <b>VITAMINAS:</b>       |                         |                        |
| Vitamina A              | 300 µg (38% VRN*)       | 120 µg (15% VRN*)      |
| Vitamina D              | 1,88 µg (38% VRN*)      | 0,75 µg (15% VRN*)     |
| Vitamina E              | 4,5 mg (38% VRN*)       | 1,8 mg (15% VRN*)      |
| Vitamina C              | 30 mg (38% VRN*)        | 12 mg (15% VRN*)       |
| Tiamina (B1)            | 0,43 mg (38% VRN*)      | 0,17 mg (15% VRN*)     |
| Riboflavina (B2)        | 0,53 mg (38% VRN*)      | 0,21 mg (15% VRN*)     |
| Niacina (B3)            | 6 mg (38% VRN*)         | 2,4 mg (15% VRN*)      |
| Vitamina B6             | 0,53 mg (38% VRN*)      | 0,21 mg (15% VRN*)     |
| Ácido Fólico (B9)       | 75 µg (38% VRN*)        | 30 µg (15% VRN*)       |
| Vitamina B12            | 0,95 µg (38% VRN*)      | 0,38 µg (15% VRN*)     |
| Biotina (B8)            | 18,8 µg (38% VRN*)      | 7,5 µg (15% VRN*)      |
| Ácido Pantoténico (B5)  | 2,3 mg (38% VRN*)       | 0,9 mg (15% VRN*)      |

|                   | 100 g               | 40 g               |
|-------------------|---------------------|--------------------|
| <b>MINERALES:</b> |                     |                    |
| Calcio            | 335 mg (42% VRN*)   | 134 mg (17% VRN*)  |
| Fósforo           | 263 mg (38% VRN*)   | 105 mg (15% VRN*)  |
| Magnesio          | 141,1 mg (38% VRN*) | 56,4 mg (15% VRN*) |
| Zinc              | 3,8 mg (38% VRN*)   | 1,5 mg (15% VRN*)  |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS



Frambuesa



&



Naranja - Limón

## FASTER BAR

Formulada para favorecer el aporte de energía durante el ejercicio.

FASTER BAR es una barrita con delicioso sabor a fruta prensada de rápida absorción que contiene L-Glutamina, L-Taurina, Vitaminas E, C y minerales, Mg y Zinc.

### INGREDIENTES:

Sacarosa, jarabe de glucosa de trigo, azúcar invertido, pulpa de manzana, acidificante: ácido cítrico, gelificante: pectina, fibra de bambú, aminoácidos (taurina y ácido glutámico), aromas, óxido de magnesio, ácido ascórbico (vitamina C), tocoferol acetato (vitamina E), óxido de zinc, tiamina clorhidrato (vitamina B1).

### MODO DE EMPLEO:

Para aprovechar totalmente su formulación aconsejamos tomarlas durante los momentos de máximo esfuerzo.

PESO NETO: 700 g (28 barritas de 25 g).

Infisport FASTER BAR se presenta en cajitas expositoras conteniendo 28 barritas de 25 grs.

### ADVERTENCIAS:

Conservar en un lugar fresco seco y al abrigo de la luz.

ANTES

DURANTE

DESPUÉS





CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS



Frambuesa



&



Naranja - Limón

## FASTER BAR

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                                       | Por 100 g        | Por 25 g       |
|---------------------------------------|------------------|----------------|
| Valor energético                      | 1319 kJ/311 kcal | 330 kJ/78 kcal |
| Grasas<br>De las cuales:              | <0,5 g           | <0,5 g         |
| Ácidos grasos saturados               | <0,1 g           | <0,1 g         |
| Hidratos de carbono<br>De los cuales: | 75,7 g           | 18,9 g         |
| Azúcares                              | 50 g             | 12,5 g         |
| Fibra Alimentaria                     | 2,1 g            | 0,5 g          |
| Proteínas                             | 0,9 g            | 0,2 g          |
| Sal                                   | 0,08 g           | 0,02 g         |

### AMINOÁCIDOS:

|             |        |        |
|-------------|--------|--------|
| L-Glutamina | 500 mg | 125 mg |
| Taurina     | 500 mg | 125 mg |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes





CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS



Frambuesa



&



Naranja - Limón

## FASTER BAR

Formulada para favorecer el aporte de energía durante el ejercicio.

FASTER BAR es una barrita con delicioso sabor a fruta prensada de rápida absorción que contiene L-Glutamina, L-Taurina, Vitaminas E, C y minerales, Mg y Zinc.

### INGREDIENTES:

Sacarosa, jarabe de glucosa de trigo, jarabe de glucosa invertido, pulpa de fruta (manzana, frambuesa), acidificante: ácido cítrico, gelificante: pectina, aroma natural, fibra de bambú, aminoácidos (taurina y ácido glutámico), óxido de magnesio, ácido ascórbico (vitamina C), tocoferol acetato (vitamina E), óxido de zinc, tiamina clorhidrato (vitamina B1).

### MODO DE EMPLEO:

Para aprovechar totalmente su formulación aconsejamos tomarlas durante los momentos de máximo esfuerzo.

PESO NETO: 700 g (28 barritas de 25 g).

Infisport FASTER BAR se presenta en cajitas expositoras conteniendo 28 barritas de 25 grs.

### ADVERTENCIAS:

Conservar en un lugar fresco seco y al abrigo de la luz.

ANTES

DURANTE

DESPUÉS





CARBOHIDRATOS

CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNASSALES  
MINERALESPROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOSCONTROL  
DE PESO

SUPLEMENTOS

NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS**infisport**  
SCIENCE NUTRITION

Frambuesa



&amp;



## FASTER BAR

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                         | Por 100 g               | Por 25 g              |
|-------------------------|-------------------------|-----------------------|
| <b>Valor energético</b> | <b>1341 kJ/316 kcal</b> | <b>335 kJ/79 kcal</b> |
| Grasas                  | <0,5 g                  | <0,5 g                |
| De las cuales:          |                         |                       |
| Ácidos grasos saturados | <0,1 g                  | <0,1 g                |
| Hidratos de carbono     | 76,9 g                  | 19,2 g                |
| De los cuales:          |                         |                       |
| Azúcares                | 51,7 g                  | 12,9 g                |
| Fibra Alimentaria       | 2,1 g                   | 0,5 g                 |
| Proteínas               | 1 g                     | 0,3 g                 |
| Sal                     | 0,18 g                  | 0,045 g               |
| <b>VITAMINAS:</b>       |                         |                       |
| Vitamina E              | 8,25 mg (69% VRN*)      | 2,06 mg (17% VRN*)    |
| Vitamina C              | 50 mg (63% VRN*)        | 12,5 mg (16% VRN*)    |
| Vitamina B1             | 0,63 mg (57% VRN*)      | 0,16 mg (15% VRN*)    |
| <b>MINERALES:</b>       |                         |                       |
| Magnesio                | 124,21 mg (33% VRN*)    | 31,05 mg (8% VRN*)    |
| Zinc                    | 4,2 mg (42% VRN*)       | 1,05 mg (10,5% VRN*)  |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes

Por 100 g

Por 25 g

### AMINOÁCIDOS:

|             |        |        |
|-------------|--------|--------|
| L-Glutamina | 500 mg | 125 mg |
| Taurina     | 500 mg | 125 mg |



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS



Con fruta y frutos secos



Coco - Almendras

## FRUIT BAR MIXED

Barrita energética con fruta y frutos secos.

FRUIT BAR MIXED es una barrita con oblea a base de pasa, dátil, higo, ciruela, albaricoque, avellana y almendra. Es fuente de fibra y está enriquecida con vitaminas E, C, B1 y B6. Sin gluten. Sin aceite de palma.

### INGREDIENTES:

Fruta (orejón albaricoque (14%), pasta de dátil (pasta de dátil, aceite de maíz) (10,5%), pasas sultanas (9,4%), ciruela (ciruela, aceite de girasol, conservadores: sorbato potásico y benzoato sódico)(9,4%), pasta de higo seco (4,7%)) (48%), espesante: almidón de maíz, frutos secos (AVELLANA (5,8%), ALMENDRA (5,8%)) (11,6%), maltodextrina, humectante: jarabe de maltitol, miel (2,9%), humectante: maltitol en polvo, oblea (almidón de patata, aceite de girasol), preparado de vitaminas (ácido L-ascórbico, acetato de DL-alfa tocoferilo, maltodextrina, clorhidrato de piridoxina y clorhidrato de tiamina).

Puede contener trazas de huevo, cacahuete, leche, soja, otros frutos de cáscara, sésamo, sulfitos y/o derivados de los mismos.

### MODO DE EMPLEO:

Puede tomarse en cualquier momento del día.

PESO NETO: 960 g (24 barritas de 40 g).

### ADVERTENCIAS:

Conservar en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz.

ANTES

DURANTE

DESPUÉS



PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:





CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS



Con fruta y frutos secos



Coco - Almendras

## FRUIT BAR MIXED

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                         | 100 g                   | 40 g                   |
|-------------------------|-------------------------|------------------------|
| <b>Valor energético</b> | <b>1430 kJ/339 kcal</b> | <b>572 kJ/136 kcal</b> |
| Grasas                  | 7,1 g                   | 2,9 g                  |
| De las cuales:          |                         |                        |
| Ácidos grasos saturados | 1 g                     | 0,4 g                  |
| Carbohidratos           | 66,8 g                  | 26,7 g                 |
| De los cuales:          |                         |                        |
| Azúcares                | 25,8 g                  | 10,3 g                 |
| Polialcoholes           | 8,6 g                   | 3,5 g                  |
| Fibra Alimentaria       | 3,9 g                   | 1,6 g                  |
| Proteínas               | 3,5 g                   | 1,4 g                  |
| Sal                     | 0,05 g                  | 0,02 g                 |
| <b>VITAMINAS:</b>       |                         |                        |
| Vitamina E              | 4,7 mg (39% VRN*)       | 1,8 mg (15% VRN*)      |
| Vitamina C              | 30,6 mg (39% VRN*)      | 12 mg (15% VRN*)       |
| Tiamina (B1)            | 0,43 mg (39% VRN*)      | 0,17 mg (15% VRN*)     |
| Vitamina B6             | 0,54 mg (39% VRN*)      | 0,2 mg (15% VRN*)      |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS



Con fruta y frutos secos



Coco - Almendras

## FRUIT BAR COCO-ALMOND

Barrita energética con almendra y coco.

FRUIT BAR coco-almond es una barrita con oblea sin azúcares añadidos a base de coco, almendra y dátil. Con alto contenido en fibra y fuente de vitamina E, C, B1 y B6. Apta para veganos. Sin gluten. Sin aceite de palma.

### INGREDIENTES:

Pasta de dátil, coco rallado (13,1%), **ALMENDRA** (7%), aceite de coco, oblea (almidón de patata, aceite de girasol), preparado de vitaminas (ácido L-ascórbico (vitamina C), acetato de DL-alfa tocoferilo (vitamina E), maltodextrina, clorhidrato de piridoxina (vitamina B6) y clorhidrato de tiamina (vitamina B1)).

Puede contener trazas de huevo, cacahuete, leche, soja, otros frutos de cáscara, sésamo, sulfitos y/o derivados de los mismos.

### MODO DE EMPLEO:

Puede tomarse en cualquier momento del día.

**PESO NETO:** 960 g (24 barritas de 40 g).

### ADVERTENCIAS:

Conservar en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz.

ANTES

DURANTE

DESPUÉS



PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:

IFS GMP ISO 22000 ISO 9001 ISO 14001





CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS



Con fruta y frutos secos



Coco - Almendras

## FRUIT BAR COCO-ALMOND

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                         | 100 g              | 40 g               |
|-------------------------|--------------------|--------------------|
| Valor energético        | 1778 kJ/424 kcal   | 711 kJ/170 kcal    |
| Grasas                  | 14,4 g             | 5,8 g              |
| De las cuales:          |                    |                    |
| Ácidos grasos saturados | 10,2 g             | 4,1 g              |
| Carbohidratos           | 64 g               | 25,6 g             |
| De los cuales:          |                    |                    |
| Azúcares                | 37,5 g             | 15 g               |
| Fibra Alimentaria       | 9,3 g              | 3,7 g              |
| Proteínas               | 4,9 g              | 1,9 g              |
| Sal                     | 0,02 g             | 0,01 g             |
| <b>VITAMINAS:</b>       |                    |                    |
| Vitamina E              | 4,7 mg (39% VRN*)  | 1,8 mg (15% VRN*)  |
| Vitamina C              | 30,6 mg (39% VRN*) | 12 mg (15% VRN*)   |
| Tiamina (B1)            | 0,43 mg (39% VRN*) | 0,17 mg (15% VRN*) |
| Vitamina B6             | 0,54 mg (39% VRN*) | 0,2 mg (15% VRN*)  |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes



# CARBOHIDRATOS + PROTEÍNAS



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

**infisport**  
SCIENCE NUTRITION



Chocolate



Fresa

## TOP 50/50<sup>®</sup> RECOVERY 1:1 Leucina +

Formulado para favorecer la recuperación después del ejercicio.

TOP 50/50<sup>®</sup> RECOVERY 1:1 LEUCINA+ combina carbohidratos de alto índice glucémico con proteínas de diferente velocidad de absorción en proporción 1:1, L-leucina (100% Ajinomoto Co.) y L-glutamina (Kyowa Quality<sup>®</sup>)

Complemento alimenticio en polvo con azúcar y edulcorante.

### INGREDIENTES:

Maltodextrina, dextrosa, proteína de la **LECHE** (aislado de proteína de suero **LÁCTEO** (ISOLAC<sup>®</sup>) y emulgente: lecitina de **SOJA**), aislado de proteína de **SOJA** (aislado de proteína de **SOJA**, emulgente: lecitina de **SOJA** y agentes con **SULFITOS**), proteína hidrolizada de colágeno, proteína de la **LECHE** (aislado de proteína de **SUERO** hidrolizado (OPTIPEP<sup>®</sup>) y emulgente: lecitina de **SOJA**), fresa en polvo, L-leucina (100% Ajinomoto<sup>®</sup> Co.), L-glutamina (Kyowa Quality<sup>®</sup>), aroma, zumo concentrado de remolacha, almidón de patata, mezcla de vitaminas (ácido L-ascórbico, acetato de DL-alfa-tocoferilo, nicotinamida, acetato de retinilo, D-pantotenato cálcico, piridoxina clorhidrato, riboflavina, clorhidrato de tiamina, ácido pteroilmonoglutámico, D-biotina, colesterciferol, cianocobalamina), edulcorante: sucralosa.

**DOSIS RECOMENDADA:** 60-120 g/día.

### MODO DE EMPLEO:

Disolver 4 medidas colmadas (60 gramos) en 250-400 ml de agua y tomarlo durante los primeros 30 minutos después de acabado el ejercicio. Agitar bien para conseguir una perfecta disolución del producto. Contiene medidor.

### PESO NETO:

1,2 kg (20 servicios).

### ADVERTENCIAS:

Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada, variada y un modo de vida sano. No superar la dosis diaria recomendada.

ANTES

DURANTE

DESPUÉS



Kyowa  
Quality

Ajinomoto Co., s  
Pure Amino Acids

isolac  
WHEY PROTEIN ISOLATE

Optipep<sup>®</sup>

PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:

GMP

IFS





CARBOHIDRATOS

CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNASSALES  
MINERALESPROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOSCONTROL  
DE PESO

SUPLEMENTOS

NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS**infisport**  
SCIENCE NUTRITION

Chocolate



Fresa

## TOP 50/50<sup>®</sup> RECOVERY 1:1 Leucina +

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                         | 100 g                       | 60 g                       | 120 g                       |
|-------------------------|-----------------------------|----------------------------|-----------------------------|
| <b>Valor energético</b> | <b>1612 kJ<br/>380 kcal</b> | <b>967 kJ<br/>228 kcal</b> | <b>1933 kJ<br/>455 kcal</b> |
| Grasas                  | 0,8 g                       | <0,5 g                     | 0,9 g                       |
| De las cuales:          |                             |                            |                             |
| Ácidos grasos saturados | 0,2 g                       | 0,1 g                      | 0,3 g                       |
| Hidratos de carbono     | 52 g                        | 31 g                       | 62 g                        |
| De los cuales:          |                             |                            |                             |
| Azúcares                | 22 g                        | 13 g                       | 25 g                        |
| Proteínas               | 42 g                        | 25 g                       | 50 g                        |
| Sal                     | 0,52 g                      | 0,31 g                     | 0,61 g                      |
| <b>VITAMINAS:</b>       |                             |                            |                             |
| Vitamina A              | 550 µg (69% VRN*)           | 330 µg (41% VRN*)          | 661 µg (83% VRN*)           |
| Vitamina D              | 3,5 µg (70% VRN*)           | 2,1 µg (42% VRN*)          | 4,1 µg (82% VRN*)           |
| Vitamina E              | 8,3 mg (69% VRN*)           | 5 mg (42% VRN*)            | 9,9 mg (83% VRN*)           |
| Vitamina C              | 55 mg (69% VRN*)            | 33 mg (41% VRN*)           | 66 mg (83% VRN*)            |
| Tiamina (B1)            | 0,75 mg (68% VRN*)          | 0,45 mg (41% VRN*)         | 0,91 mg (83% VRN*)          |
| Riboflavina (B2)        | 0,97 mg (69% VRN*)          | 0,58 mg (41% VRN*)         | 1,2 mg (86% VRN*)           |
| Niacina (B3)            | 11 mg (69% VRN*)            | 6,6 mg (41% VRN*)          | 13 mg (81% VRN*)            |
| Vitamina B6             | 0,97 mg (69% VRN*)          | 0,58 mg (41% VRN*)         | 1,2 mg (86% VRN*)           |
| Ácido fólico (B9)       | 138 µg (69% VRN*)           | 82,6 µg (41% VRN*)         | 165 µg (83% VRN*)           |
| Vitamina B12            | 1,67 µg (67% VRN*)          | 1 µg (40% VRN*)            | 2,1 µg (84% VRN*)           |
| Biotina (B8)            | 35 µg (70% VRN*)            | 21 µg (42% VRN*)           | 41 µg (82% VRN*)            |
| Ácido pantoténico (B5)  | 4,17 mg (70% VRN*)          | 2,5 mg (42% VRN*)          | 5 mg (83% VRN*)             |

### AMINOGRAMA POR SERVICIO

| Aminoácidos esenciales              |        | Aminoácidos no esenciales |                                           |        |        |
|-------------------------------------|--------|---------------------------|-------------------------------------------|--------|--------|
|                                     | 60 g   | 120 g                     |                                           | 60 g   | 120 g  |
| Leucina                             | 1,84 g | 3,68 g                    | Ácido glutámico                           | 3,97 g | 7,94 g |
| L-Leucina (Ajinomoto <sup>®</sup> ) | 1,20 g | 2,40 g                    | L-glutamina (Kyowa Quality <sup>®</sup> ) | 1 g    | 2 g    |
| Isoleucina                          | 1,24 g | 2,48 g                    | Arginina                                  | 1,17 g | 2,34 g |
| Valina                              | 1,22 g | 2,44 g                    | Ácido aspártico                           | 2,33 g | 4,66 g |
| Lisina                              | 1,76 g | 3,52 g                    | Serina                                    | 1,10 g | 2,20 g |
| Fenilalanina                        | 0,82 g | 1,64 g                    | Prolina                                   | 1,76 g | 3,52 g |
| Treonina                            | 1,15 g | 2,30 g                    | Alanina                                   | 1,37 g | 2,74 g |
| Triptófano                          | 0,29 g | 0,58 g                    | Glicina                                   | 1,68 g | 3,36 g |
| Metionina                           | 0,38 g | 0,76 g                    | Tirosina                                  | 0,59 g | 1,18 g |
| Histidina                           | 0,39 g | 0,78 g                    | Cisteína                                  | 0,36 g | 0,72 g |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

**infisport**  
SCIENCE NUTRITION



Chocolate



Fresa

## TOP 50/50<sup>®</sup> RECOVERY 1:1 Leucina +

Formulado para favorecer la recuperación después del ejercicio.

TOP 50/50<sup>®</sup> RECOVERY 1:1 LEUCINA+ combina carbohidratos de alto índice glucémico con proteínas de diferente velocidad de absorción en proporción 1:1, L-leucina (100% Ajinomoto Co.) y L-glutamina (Kyowa Quality<sup>®</sup>).

Complemento alimenticio en polvo con azúcar y edulcorante.

### INGREDIENTES:

Maltodextrina, proteína de la **LECHE** (aislado de proteína de suero **LÁCTEO** (ISOLAC<sup>®</sup>) y emulgente: lecitina de **SOJA**), dextrosa, aislado de proteína de **SOJA** (aislado de proteína de **SOJA**, emulgente: lecitina de **SOJA** y agentes con **SULFITOS**), cacao en polvo desgrasado, proteína hidrolizada de colágeno, proteína de la **LECHE** (aislado de proteína de **SUERO** hidrolizado (OPTIPEP<sup>®</sup>) y emulgente: lecitina de **SOJA**), L-leucina (100% Ajinomoto<sup>®</sup> Co.), L-glutamina (Kyowa Quality<sup>®</sup>), aromas, almidón de patata, edulcorante: sucralosa, mezcla de vitaminas (ácido L-ascórbico, acetato de DL-alfa-tocoferilo, nicotinamida, acetato de retinilo, D-pantotenato cálcico, piridoxina clorhidrato, riboflavina, clorhidrato de tiamina, ácido pteroilmonoglutámico, D-biotina, colecalfierol, cianocobalamina).

**DOSIS RECOMENDADA:** 60-120 g/día.

### MODO DE EMPLEO:

Disolver 4 medidas colmadas (60 gramos) en 250-400 ml de agua y tomarlo durante los primeros 30 minutos después de acabado el ejercicio. Agitar bien para conseguir una perfecta disolución del producto. Contiene medidor.

### PESO NETO:

1,2 kg (20 servicios).

### ADVERTENCIAS:

Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada, variada y un modo de vida sano. No superar la dosis diaria recomendada.

ANTES

DURANTE

DESPUÉS



Ajinomoto Co., s  
Pure Amino Acids



Optipep<sup>®</sup>

PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:







CARBOHIDRATOS

CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNASSALES  
MINERALESPROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOSCONTROL  
DE PESO

SUPLEMENTOS

NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS**infisport**  
SCIENCE NUTRITION

Chocolate



Fresa

## TOP 50/50<sup>®</sup> RECOVERY 1:1 Leucina +

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                         | 100 g                       | 60 g                       | 120 g                       |
|-------------------------|-----------------------------|----------------------------|-----------------------------|
| <b>Valor energético</b> | <b>1568 kJ<br/>370 kcal</b> | <b>941 kJ<br/>222 kcal</b> | <b>1883 kJ<br/>444 kcal</b> |
| Grasas                  | 2,2 g                       | 1,3 g                      | 2,5 g                       |
| De las cuales:          |                             |                            |                             |
| Ácidos grasos saturados | 1,2 g                       | 0,7 g                      | 1,4 g                       |
| Hidratos de carbono     | 43 g                        | 26 g                       | 53 g                        |
| De los cuales:          |                             |                            |                             |
| Azúcares                | 14 g                        | 8,6 g                      | 17 g                        |
| Proteínas               | 42 g                        | 25 g                       | 50 g                        |
| Sal                     | 0,48 g                      | 0,29 g                     | 0,58 g                      |
| <b>VITAMINAS:</b>       |                             |                            |                             |
| Vitamina A              | 550 µg (69% VRN*)           | 330 µg (41% VRN*)          | 661 µg (83% VRN*)           |
| Vitamina D              | 3,5 µg (70% VRN*)           | 2,1 µg (42% VRN*)          | 4,1 µg (82% VRN*)           |
| Vitamina E              | 8,3 mg (69% VRN*)           | 5,1 mg (43% VRN*)          | 10 mg (83% VRN*)            |
| Vitamina C              | 55 mg (69% VRN*)            | 33 mg (41% VRN*)           | 66 mg (83% VRN*)            |
| Tiamina (B1)            | 0,78 mg (71% VRN*)          | 0,47 mg (43% VRN*)         | 0,94 mg (85% VRN*)          |
| Riboflavina (B2)        | 0,97 mg (69% VRN*)          | 0,58 mg (41% VRN*)         | 1,2 mg (86% VRN*)           |
| Niacina (B3)            | 11,3 mg (71% VRN*)          | 6,8 mg (43% VRN*)          | 14 mg (88% VRN*)            |
| Vitamina B6             | 0,98 mg (70% VRN*)          | 0,59 mg (42% VRN*)         | 1,2 mg (86% VRN*)           |
| Ácido fólico (B9)       | 138 µg (69% VRN*)           | 82,6 µg (41% VRN*)         | 165 µg (83% VRN*)           |
| Vitamina B12            | 1,67 µg (67% VRN*)          | 1 µg (40% VRN*)            | 2,1 µg (84% VRN*)           |
| Biotina (B8)            | 35 µg (70% VRN*)            | 21 µg (42% VRN*)           | 41 µg (82% VRN*)            |
| Ácido pantoténico (B5)  | 4,17 mg (70% VRN*)          | 2,5 mg (42% VRN*)          | 5 mg (83% VRN*)             |

### AMINOGRAMA POR SERVICIO

| Aminoácidos esenciales     |        | Aminoácidos no esenciales |                              |        |        |
|----------------------------|--------|---------------------------|------------------------------|--------|--------|
|                            | 60 g   | 120 g                     |                              | 60 g   | 120 g  |
| Leucina                    | 1,72 g | 3,44 g                    | Ácido glutámico              | 3,70 g | 7,40 g |
| L-Leucina (Ajinomoto® Co.) | 1,20 g | 2,40 g                    | L-glutamina (Kyowa Quality®) | 1 g    | 2 g    |
| Isoleucina                 | 1,16 g | 2,32 g                    | Arginina                     | 1,09 g | 2,18 g |
| Valina                     | 1,14 g | 2,28 g                    | Ácido aspártico              | 2,17 g | 4,34 g |
| Lisina                     | 1,65 g | 3,30 g                    | Serina                       | 1,03 g | 2,06 g |
| Fenilalanina               | 0,76 g | 1,52 g                    | Prolina                      | 1,65 g | 3,30 g |
| Treonina                   | 1,08 g | 2,16 g                    | Alanina                      | 1,28 g | 2,56 g |
| Triptófano                 | 0,27 g | 0,54 g                    | Glicina                      | 1,57 g | 3,14 g |
| Metionina                  | 0,35 g | 0,70 g                    | Tirosina                     | 0,55 g | 1,10 g |
| Histidina                  | 0,36 g | 0,72 g                    | Cisteína                     | 0,34 g | 0,68 g |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

**infisport**  
SCIENCE NUTRITION



Sandía



Plátano

## COMPLEX 3:1<sup>®</sup> RECOVERY

Formulado para favorecer la recuperación después del ejercicio.

COMPLEX 3:1 RECOVERY combina carbohidratos de alto índice glucémico, con proteína aislada de suero lácteo (ISOLAC<sup>®</sup>) en proporción 3:1, vitaminas y minerales. Complemento alimenticio en polvo con edulcorante.

### INGREDIENTES:

Maltodextrina, proteína de la **LECHE** (aislado de proteína de suero **LÁCTEO** (ISOLAC<sup>®</sup>) y emulgente: lecitina de **SOJA**), citrato de magnesio, almidón de patata (amilopectina), zumo concentrado de remolacha, sulfato de manganeso, acidulante: ácido cítrico, aromas, sulfato cúprico, mezcla de vitaminas (ácido L-ascórbico (vitamina C), acetato de DL-alfa-tocoferilo (vitamina E), nicotinamida (vitamina B3), acetato de retinilo (vitamina A), D-pantotenato cálcico (vitamina B5), piridoxina clorhidrato (vitamina B6), riboflavina (vitamina B2), clorhidrato de tiamina (vitamina B1), ácido pteroilmonoglutámico (vitamina B9), D-biotina (vitamina B8), colexcalciferol (vitamina D), cianocobalamina (vitamina B12)), colorante: caroteno, edulcorante: sucralosa, colorante: caramelo amónico, sulfato de cinc.

**DOSIS RECOMENDADA:** 60-120 g/día

### PESO NETO:

960 g (16 sobres de 60 g).

**Sabores:** Sandía y plátano.

### MODO DE EMPLEO:

Disolver 1 sobre monodosis (60 g) en 400 ml de agua y tomarlo durante los primeros 30 minutos después de acabado el ejercicio. Agitar bien para conseguir una perfecta disolución del producto.

### ADVERTENCIAS:

Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada, variada y un modo de vida sano. No superar la dosis diaria recomendada.

ANTES

DURANTE

DESPUÉS



**isolac**  
WHEY PROTEIN ISOLATE

PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:





CARBOHIDRATOS

CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNASSALES  
MINERALESPROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOSCONTROL  
DE PESO

SUPLEMENTOS

NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS**infisport**  
SCIENCE NUTRITION

Sandía



Plátano

## COMPLEX 3:1<sup>®</sup> RECOVERY

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                         | 100 g                             | 60 g                             | 120 g                             |
|-------------------------|-----------------------------------|----------------------------------|-----------------------------------|
| <b>Valor energético</b> | <b>1583 kJ</b><br><b>373 kcal</b> | <b>950 kJ</b><br><b>224 kcal</b> | <b>1900 kJ</b><br><b>447 kcal</b> |
| Grasas                  | <0,5 g                            | <0,5 g                           | <0,5 g                            |
| De las cuales:          |                                   |                                  |                                   |
| Ácidos grasos saturados | 0,3 g                             | 0,2 g                            | 0,3 g                             |
| Hidratos de carbono     | 70 g                              | 42 g                             | 83 g                              |
| De los cuales:          |                                   |                                  |                                   |
| Azúcares                | 5,8 g                             | 3,5 g                            | 7 g                               |
| Proteínas               | 23 g                              | 14 g                             | 27 g                              |
| Sal                     | 0,13 g                            | 0,08 g                           | 0,17 g                            |
| <b>VITAMINAS:</b>       |                                   |                                  |                                   |
| Vitamina A              | 666 µg (83% VRN*)                 | 400 µg (50% VRN*)                | 800 µg (100% VRN*)                |
| Vitamina D              | 4,2 µg (84% VRN*)                 | 2,5 µg (50% VRN*)                | 5 µg (100% VRN*)                  |
| Vitamina E              | 10 mg (83% VRN*)                  | 6 mg (50% VRN*)                  | 12 mg (100% VRN*)                 |
| Vitamina C              | 67 mg (84% VRN*)                  | 40 mg (50% VRN*)                 | 80 mg (100% VRN*)                 |
| Tiamina (B1)            | 0,92 mg (84% VRN*)                | 0,55 mg (50% VRN*)               | 1,1 mg (100% VRN*)                |
| Riboflavina (B2)        | 1,2 mg (86% VRN*)                 | 0,70 mg (50% VRN*)               | 1,4 mg (100% VRN*)                |
| Niacina (B3)            | 13 mg (81% VRN*)                  | 8 mg (50% VRN*)                  | 16 mg (100% VRN*)                 |
| Vitamina B6             | 1,2 mg (86% VRN*)                 | 0,7 mg (50% VRN*)                | 1,4 mg (100% VRN*)                |
| Ácido fólico (B9)       | 167 µg (84% VRN*)                 | 100 µg (50% VRN*)                | 200 µg (100% VRN*)                |
| Vitamina B12            | 2,1 µg (84% VRN*)                 | 1,3 µg (50% VRN*)                | 2,5 µg (100% VRN*)                |
| Biotina (B8)            | 42 µg (84% VRN*)                  | 25 µg (50% VRN*)                 | 50 µg (100% VRN*)                 |
| Ácido pantoténico (B5)  | 5 mg (83% VRN*)                   | 3 mg (50% VRN*)                  | 6 mg (100% VRN*)                  |

|                   | 100 g             | 60                | 120 g               |
|-------------------|-------------------|-------------------|---------------------|
| <b>MINERALES:</b> |                   |                   |                     |
| Magnesio          | 313 mg (84% VRN*) | 188 mg (50% VRN*) | 375 mg (100% VRN*)  |
| Zinc              | 8,3 mg (83% VRN*) | 5 mg (50% VRN*)   | 10 mg (100% VRN*)   |
| Cobre             | 833 µg (83% VRN*) | 500 µg (50% VRN*) | 1000 µg (100% VRN*) |
| Manganeso         | 1,7 mg (85% VRN*) | 1 mg (50% VRN*)   | 2 mg (100% VRN*)    |

| <b>AMINOGRAMA POR SERVICIO</b> |        |        |                           |        |        |
|--------------------------------|--------|--------|---------------------------|--------|--------|
| Aminoácidos esenciales         |        |        | Aminoácidos no esenciales |        |        |
|                                | 60 g   | 120 g  |                           | 60 g   | 120 g  |
| Leucina                        | 1,48 g | 2,96 g | Ácido glutámico           | 2,72 g | 5,44 g |
| Isoleucina                     | 1,09 g | 2,18 g | Arginina                  | 0,28 g | 0,56 g |
| Valina                         | 0,99 g | 1,98 g | Ácido aspártico           | 1,59 g | 3,18 g |
| Lisina                         | 1,46 g | 2,92 g | Serina                    | 0,74 g | 1,48 g |
| Fenilalanina                   | 0,42 g | 0,84 g | Prolina                   | 0,91 g | 1,82 g |
| Treonina                       | 1,06 g | 2,12 g | Alanina                   | 0,79 g | 1,58 g |
| Triptófano                     | 0,24 g | 0,48 g | Glicina                   | 0,23 g | 0,46 g |
| Metionina                      | 0,32 g | 0,64 g | Tirosina                  | 0,40 g | 0,80 g |
| Histidina                      | 0,23 g | 0,46 g | Cisteína                  | 0,36 g | 0,72 g |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

**infisport**  
SCIENCE NUTRITION



Sandía



Plátano

## COMPLEX 3:1<sup>®</sup> RECOVERY

Formulado para favorecer la recuperación después del ejercicio.

COMPLEX 3:1 RECOVERY combina carbohidratos de alto índice glucémico, con proteína aislada de suero lácteo (ISOLAC<sup>®</sup>) en proporción 3:1, vitaminas y minerales. Complemento alimenticio en polvo con edulcorante.

### INGREDIENTES:

Maltodextrina, proteína de la **LECHE** (aislado de proteína de suero **LÁCTEO** (ISOLAC<sup>®</sup>) y emulgente: lecitina de **SOJA**), citrato de magnesio, almidón de patata (amilopectina), sulfato de manganeso, aroma, sulfato cúprico, mezcla de vitaminas (ácido L-ascórbico (vitamina C), acetato de DL-alfa-tocoferilo (vitamina E), nicotinamida (vitamina B3), acetato de retinilo (vitamina A), D-pantotenato cálcico (vitamina B5), piridoxina clorhidrato (vitamina B6), riboflavina (vitamina B2), clorhidrato de tiamina (vitamina B1), ácido pteroilmonoglutámico (vitamina B9), D-biotina (vitamina B8), colecalfiferol (vitamina D), cianocobalamina (vitamina B12)), colorante: caroteno, edulcorante: sucralosa, sulfato de cinc.

**DOSIS RECOMENDADA:** 60-120 g/día

### PESO NETO:

960 g (16 sobres de 60 g).

**Sabores:** Sandía y plátano.

### MODO DE EMPLEO:

Disolver 1 sobre monodosis (60 g) en 400 ml de agua y tomarlo durante los primeros 30 minutos después de acabado el ejercicio. Agitar bien para conseguir una perfecta disolución del producto.

### ADVERTENCIAS:

Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada, variada y un modo de vida sano. No superar la dosis diaria recomendada.

ANTES

DURANTE

DESPUÉS



**isolac**  
WHEY PROTEIN ISOLATE

PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:





CARBOHIDRATOS

CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNASSALES  
MINERALESPROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOSCONTROL  
DE PESO

SUPLEMENTOS

NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS**infisport**  
SCIENCE NUTRITION

Sandía



Plátano

## COMPLEX 3:1<sup>®</sup> RECOVERY

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                         | 100 g                             | 60 g                             | 120 g                             |
|-------------------------|-----------------------------------|----------------------------------|-----------------------------------|
| <b>Valor energético</b> | <b>1585 kJ</b><br><b>373 kcal</b> | <b>951 kJ</b><br><b>224 kcal</b> | <b>1903 kJ</b><br><b>448 kcal</b> |
| Grasas                  | <0,5 g                            | <0,5 g                           | <0,5 g                            |
| De las cuales:          |                                   |                                  |                                   |
| Ácidos grasos saturados | 0,3 g                             | 0,2 g                            | 0,3 g                             |
| Hidratos de carbono     | 70 g                              | 42 g                             | 84 g                              |
| De los cuales:          |                                   |                                  |                                   |
| Azúcares                | 5,7 g                             | 3,4 g                            | 6,8 g                             |
| Proteínas               | 23 g                              | 14 g                             | 27 g                              |
| Sal                     | 0,13 g                            | 0,08 g                           | 0,17 g                            |
| <b>VITAMINAS:</b>       |                                   |                                  |                                   |
| Vitamina A              | 666 µg (83% VRN*)                 | 400 µg (50% VRN*)                | 800 µg (100% VRN*)                |
| Vitamina D              | 4,2 µg (84% VRN*)                 | 2,5 µg (50% VRN*)                | 5 µg (100% VRN*)                  |
| Vitamina E              | 10 mg (83% VRN*)                  | 6 mg (50% VRN*)                  | 12 mg (100% VRN*)                 |
| Vitamina C              | 67 mg (84% VRN*)                  | 40 mg (50% VRN*)                 | 80 mg (100% VRN*)                 |
| Tiamina (B1)            | 0,92 mg (84% VRN*)                | 0,55 mg (50% VRN*)               | 1,1 mg (100% VRN*)                |
| Riboflavina (B2)        | 1,2 mg (86% VRN*)                 | 0,70 mg (50% VRN*)               | 1,4 mg (100% VRN*)                |
| Niacina (B3)            | 13 mg (81% VRN*)                  | 8 mg (50% VRN*)                  | 16 mg (100% VRN*)                 |
| Vitamina B6             | 1,2 mg (86% VRN*)                 | 0,7 mg (50% VRN*)                | 1,4 mg (100% VRN*)                |
| Ácido fólico (B9)       | 167 µg (84% VRN*)                 | 100 µg (50% VRN*)                | 200 µg (100% VRN*)                |
| Vitamina B12            | 2,2 µg (88% VRN*)                 | 1,3 µg (50% VRN*)                | 2,5 µg (100% VRN*)                |
| Biotina (B8)            | 42 µg (84% VRN*)                  | 25 µg (50% VRN*)                 | 50 µg (100% VRN*)                 |
| Ácido pantoténico (B5)  | 5 mg (83% VRN*)                   | 3 mg (50% VRN*)                  | 6 mg (100% VRN*)                  |

|                   | 100 g             | 60                | 120 g               |
|-------------------|-------------------|-------------------|---------------------|
| <b>MINERALES:</b> |                   |                   |                     |
| Magnesio          | 313 mg (84% VRN*) | 188 mg (50% VRN*) | 375 mg (100% VRN*)  |
| Zinc              | 8,3 mg (83% VRN*) | 5 mg (50% VRN*)   | 10 mg (100% VRN*)   |
| Cobre             | 833 µg (83% VRN*) | 500 µg (50% VRN*) | 1000 µg (100% VRN*) |
| Manganeso         | 1,7 mg (85% VRN*) | 1 mg (50% VRN*)   | 2 mg (100% VRN*)    |

| <b>AMINOGRAMA POR SERVICIO</b> |        |        |                           |        |        |
|--------------------------------|--------|--------|---------------------------|--------|--------|
| Aminoácidos esenciales         |        |        | Aminoácidos no esenciales |        |        |
|                                | 60 g   | 120 g  |                           | 60 g   | 120 g  |
| Leucina                        | 1,48 g | 2,96 g | Ácido glutámico           | 2,72 g | 5,44 g |
| Isoleucina                     | 1,09 g | 2,18 g | Arginina                  | 0,28 g | 0,56 g |
| Valina                         | 0,99 g | 1,98 g | Ácido aspártico           | 1,59 g | 3,18 g |
| Lisina                         | 1,46 g | 2,92 g | Serina                    | 0,74 g | 1,48 g |
| Fenilalanina                   | 0,42 g | 0,84 g | Prolina                   | 0,91 g | 1,82 g |
| Treonina                       | 1,06 g | 2,12 g | Alanina                   | 0,79 g | 1,58 g |
| Triptófano                     | 0,24 g | 0,48 g | Glicina                   | 0,23 g | 0,46 g |
| Metionina                      | 0,32 g | 0,64 g | Tirosina                  | 0,40 g | 0,80 g |
| Histidina                      | 0,23 g | 0,46 g | Cisteína                  | 0,36 g | 0,72 g |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes





CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

**infisport**  
SCIENCE NUTRITION



Fresa



Chocolate

## COMPLEX 4:1<sup>®</sup> RECOVERY

Formulado para favorecer la recuperación después del ejercicio.

COMPLEX 4:1<sup>®</sup> RECOVERY combina carbohidratos de alto índice glucémico, con proteína hidrolizada de suero lácteo (OPTIPEP<sup>®</sup>) en proporción 4:1, vitaminas y minerales. Complemento alimenticio en polvo con edulcorante.

### INGREDIENTES:

Maltodextrina, cacao en polvo desgrasado, proteína de la **leche** (aislado de proteína de **suero** hidrolizado (OPTIPEP<sup>®</sup>) y emulgente: lecitina de **soja**), almidón de patata (amilopectina), aroma, edulcorante: sucralosa, mezcla de vitaminas (ácido L-ascorbico (vitamina C), acetato de DL-alfa-tocoferilo (vitamina E), nicotinamida (vitamina B3), acetato de retinilo (vitamina A), D-pantotenato cálcico (vitamina B5), clorhidrato de piridoxina (vitamina B6), riboflavina (vitamina B2), clorhidrato de tiamina (vitamina B1), ácido pteroilmonoglutámico (vitamina B9), D-biotina (vitamina B8), colecalfiferol (vitamina D), cianocobalamina (vitamina B12)), sulfato de cinc, sulfato de manganeso.

**DOSIS RECOMENDADA:** 60-120 g/día

### PESO NETO:

1,2 kg de polvo (20 servicios).

**Sabores:** chocolate y fresa.

### MODO DE EMPLEO:

Disolver 4 medidas colmadas (60 g) en 400 ml de agua y tomarlo durante los primeros 30 minutos después de acabado el ejercicio. Agitar bien para conseguir una perfecta disolución del producto. Contiene medidor.

### ADVERTENCIAS:

Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar a temperatura ambiente en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada, variada y un modo de vida sano. No superar la dosis diaria recomendada.

ANTES

DURANTE

DESPUÉS



Optipep<sup>®</sup>

PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:





CARBOHIDRATOS

CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNASSALES  
MINERALESPROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOSCONTROL  
DE PESO

SUPLEMENTOS

NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS infisport<sup>®</sup>  
SCIENCE NUTRITION

Fresa



Chocolate

## COMPLEX 4:1<sup>®</sup> RECOVERY

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                         | Por 100 g                   | Cantidad por dosis diaria  |                             |
|-------------------------|-----------------------------|----------------------------|-----------------------------|
|                         |                             | 60 g*                      | 120 g                       |
| <b>Valor energético</b> | <b>1552 kJ<br/>367 kcal</b> | <b>931 kJ<br/>220 kcal</b> | <b>1861 kJ<br/>440 kcal</b> |
| Grasas                  | 2,3 g                       | 1,4 g                      | 2,8 g                       |
| De las cuales:          |                             |                            |                             |
| Ácidos grasos saturados | 1,3 g                       | 0,8 g                      | 1,7 g                       |
| Hidratos de carbono     | 65 g                        | 39 g                       | 77 g                        |
| De los cuales:          |                             |                            |                             |
| Azúcares                | 5,3 g                       | 3,2 g                      | 6,3 g                       |
| Proteínas               | 20 g                        | 12 g                       | 23 g                        |
| Sal                     | 0,13 g                      | 0,08 g                     | 0,16 g                      |
| <b>VITAMINAS:</b>       |                             |                            |                             |
| Vitamina A              | 535 µg (67% VRN*)           | 321 µg (40% VRN*)          | 642 µg (80% VRN*)           |
| Vitamina D              | 3,3 µg (66% VRN*)           | 2 µg (40% VRN*)            | 4 µg (80% VRN*)             |
| Vitamina E              | 8 mg (67% VRN*)             | 4,8 mg (40% VRN*)          | 9,6 mg (80% VRN*)           |
| Vitamina C              | 53 mg (66% VRN*)            | 32 mg (40% VRN*)           | 64 mg (80% VRN*)            |
| Tiamina (B1)            | 0,73 mg (66% VRN*)          | 0,44 mg (40% VRN*)         | 0,88 mg (80% VRN*)          |
| Riboflavina (B2)        | 0,93 mg (66% VRN*)          | 0,56 mg (40% VRN*)         | 1,1 mg (79% VRN*)           |
| Niacina (B3)            | 10,7 mg (67% VRN*)          | 6,4 mg (40% VRN*)          | 13 mg (81% VRN*)            |
| Vitamina B6             | 0,93 mg (66% VRN*)          | 0,56 mg (40% VRN*)         | 1,1 mg (79% VRN*)           |
| Ácido fólico (B9)       | 134 µg (67% VRN*)           | 80,2 µg (40% VRN*)         | 160 µg (80% VRN*)           |
| Vitamina B12            | 1,7 µg (68% VRN*)           | 1 µg (40% VRN*)            | 2 µg (80% VRN*)             |
| Biotina (B8)            | 33 µg (66% VRN*)            | 20 µg (40% VRN*)           | 40 µg (80% VRN*)            |
| Ácido pantoténico (B5)  | 4 mg (67% VRN*)             | 2,4 mg (40% VRN*)          | 4,8 mg (80% VRN*)           |

|                   | Por 100 g          | Cantidad por dosis diaria |                    |
|-------------------|--------------------|---------------------------|--------------------|
|                   |                    | 60 g*                     | 120 g              |
| <b>MINERALES:</b> |                    |                           |                    |
| Magnesio          | 110 mg (29% VRN*)  | 66,1 mg (18% VRN*)        | 132 mg (35% VRN*)  |
| Zinc              | 5,2 mg (52% VRN*)  | 3,1 mg (31% VRN*)         | 6,3 mg (63% VRN*)  |
| Cobre             | 747 µg (75% VRN*)  | 448 µg (45% VRN*)         | 896 µg (90% VRN*)  |
| Manganeso         | 0,67 mg (34% VRN*) | 0,40 mg (20% VRN*)        | 0,80 mg (40% VRN*) |

| AMINOGRAMA POR SERVICIO |        |        |                           |        |        |
|-------------------------|--------|--------|---------------------------|--------|--------|
| Aminoácidos esenciales  |        |        | Aminoácidos no esenciales |        |        |
|                         | 60 g*  | 120 g  |                           | 60 g*  | 120 g  |
| Leucina                 | 1 g    | 2 g    | Ácido glutámico           | 1,84 g | 3,68 g |
| Isoleucina              | 0,74 g | 1,48 g | Arginina                  | 0,19 g | 0,38 g |
| Valina                  | 0,67 g | 1,34 g | Ácido aspártico           | 1,07 g | 2,14 g |
| Lisina                  | 0,99 g | 1,98 g | Serina                    | 0,50 g | 1 g    |
| Fenilalanina            | 0,28 g | 0,56 g | Prolina                   | 0,61 g | 1,22 g |
| Treonina                | 0,72 g | 1,44 g | Alanina                   | 0,53 g | 1,06 g |
| Triptófano              | 0,16 g | 0,32 g | Glicina                   | 0,15 g | 0,30 g |
| Metionina               | 0,22 g | 0,44 g | Tirosina                  | 0,27 g | 0,54 g |
| Histidina               | 0,16 g | 0,32 g | Cisteína                  | 0,24 g | 0,48 g |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

**infisport**  
SCIENCE NUTRITION



Fresa



Chocolate

## COMPLEX 4:1<sup>®</sup> RECOVERY

Formulado para favorecer la recuperación después del ejercicio.

COMPLEX 4:1<sup>®</sup> RECOVERY combina carbohidratos de alto índice glucémico, con proteína hidrolizada de suero lácteo (OPTIPEP<sup>®</sup>) en proporción 4:1, vitaminas y minerales. Complemento alimenticio en polvo con edulcorante.

### INGREDIENTES:

Maltodextrina, proteína de la **leche** (aislado de proteína de **suero** hidrolizado (OPTIPEP<sup>®</sup>) y emulgente: lecitina de **soja**), almidón de patata (amilopectina), aroma, zumo concentrado de remolacha, carbonato de magnesio, sulfato de manganeso, sulfato cúprico, mezcla de vitaminas (ácido L-ascorbico (vitamina C), acetato de DL-alfa-tocoferilo (vitamina E), nicotinamida (vitamina B3), acetato de retinilo (vitamina A), D-pantotenato cálcico (vitamina B5), clorhidrato de piridoxina (vitamina B6), riboflavina (vitamina B2), clorhidrato de tiamina (vitamina B1), ácido pteroilmonoglutámico (vitamina B9), D-biotina (vitamina B8), colexcalciferol (vitamina D), cianocobalamina (vitamina B12)), fresa en polvo, edulcorante: sucralosa, sulfato de cinc.

**DOSIS RECOMENDADA:** 60-120 g/día

### PESO NETO:

1,2 kg de polvo (20 servicios).

**Sabores:** chocolate y fresa.

### MODO DE EMPLEO:

Disolver 4 medidas colmadas (60 g) en 400 ml de agua y tomarlo durante los primeros 30 minutos después de acabado el ejercicio. Agitar bien para conseguir una perfecta disolución del producto. Contiene medidor.

### ADVERTENCIAS:

Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar a temperatura ambiente en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada, variada y un modo de vida sano. No superar la dosis diaria recomendada.

ANTES

DURANTE

DESPUÉS



Optipep<sup>®</sup>

PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:





Fresa



Chocolate

## COMPLEX 4:1<sup>®</sup> RECOVERY

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                         | Por 100 g                   | Cantidad por dosis diaria  |                             |
|-------------------------|-----------------------------|----------------------------|-----------------------------|
|                         |                             | 60 g*                      | 120 g                       |
| <b>Valor energético</b> | <b>1608 kJ<br/>378 kcal</b> | <b>965 kJ<br/>227 kcal</b> | <b>1929 kJ<br/>454 kcal</b> |
| Grasas                  | 0 g                         | 0 g                        | 0 g                         |
| De las cuales:          |                             |                            |                             |
| Ácidos grasos saturados | 0 g                         | 0 g                        | 0 g                         |
| Hidratos de carbono     | 75 g                        | 45 g                       | 91 g                        |
| De los cuales:          |                             |                            |                             |
| Azúcares                | 6,2 g                       | 3,7 g                      | 7,4 g                       |
| Proteínas               | 18,3 g                      | 11 g                       | 22 g                        |
| Sal                     | 0,17 g                      | 0,10 g                     | 0,19 g                      |
| <b>VITAMINAS:</b>       |                             |                            |                             |
| Vitamina A              | 535 µg (67% VRN*)           | 321 µg (40% VRN*)          | 642 µg (80% VRN*)           |
| Vitamina D              | 3,3 µg (66% VRN*)           | 2 µg (40% VRN*)            | 4 µg (80% VRN*)             |
| Vitamina E              | 8 mg (67% VRN*)             | 4,8 mg (40% VRN*)          | 9,6 mg (80% VRN*)           |
| Vitamina C              | 53 mg (66% VRN*)            | 32 mg (40% VRN*)           | 64 mg (80% VRN*)            |
| Tiamina (B1)            | 0,73 mg (66% VRN*)          | 0,44 mg (40% VRN*)         | 0,88 mg (80% VRN*)          |
| Riboflavina (B2)        | 0,93 mg (66% VRN*)          | 0,56 mg (40% VRN*)         | 1,1 mg (79% VRN*)           |
| Niacina (B3)            | 10,7 mg (67% VRN*)          | 6,4 mg (40% VRN*)          | 13 mg (81% VRN*)            |
| Vitamina B6             | 0,93 mg (66% VRN*)          | 0,56 mg (40% VRN*)         | 1,1 mg (79% VRN*)           |
| Ácido fólico (B9)       | 134 µg (67% VRN*)           | 80,2 µg (40% VRN*)         | 160 µg (80% VRN*)           |
| Vitamina B12            | 1,7 µg (68% VRN*)           | 1 µg (40% VRN*)            | 2 µg (80% VRN*)             |
| Biotina (B8)            | 33 µg (66% VRN*)            | 20 µg (40% VRN*)           | 40 µg (80% VRN*)            |
| Ácido pantoténico (B5)  | 4 mg (67% VRN*)             | 2,4 mg (40% VRN*)          | 4,8 mg (80% VRN*)           |

|                   | Por 100 g          | Cantidad por dosis diaria |                    |
|-------------------|--------------------|---------------------------|--------------------|
|                   |                    | 60 g*                     | 120 g              |
| <b>MINERALES:</b> |                    |                           |                    |
| Magnesio          | 110 mg (29% VRN*)  | 66,1 mg (18% VRN*)        | 132 mg (35% VRN*)  |
| Zinc              | 5,3 mg (53% VRN*)  | 3,2 mg (32% VRN*)         | 6,3 mg (63% VRN*)  |
| Cobre             | 747 µg (75% VRN*)  | 448 µg (45% VRN*)         | 896 µg (90% VRN*)  |
| Manganeso         | 0,67 mg (34% VRN*) | 0,40 mg (20 VRN*)         | 0,80 mg (40% VRN*) |

| AMINOGRAMA POR SERVICIO |        |        |                           |        |        |
|-------------------------|--------|--------|---------------------------|--------|--------|
| Aminoácidos esenciales  |        |        | Aminoácidos no esenciales |        |        |
|                         | 60 g*  | 120 g  |                           | 60 g*  | 120 g  |
| Leucina                 | 1,21 g | 2,42 g | Ácido glutámico           | 2,22 g | 4,44 g |
| Isoleucina              | 0,89 g | 1,78 g | Arginina                  | 0,23 g | 0,46 g |
| Valina                  | 0,81 g | 1,62 g | Ácido aspártico           | 1,30 g | 2,60 g |
| Lisina                  | 1,20 g | 2,40 g | Serina                    | 0,61 g | 1,22 g |
| Fenilalanina            | 0,34 g | 0,68 g | Prolina                   | 0,74 g | 1,48 g |
| Treonina                | 0,87 g | 1,74 g | Alanina                   | 0,64 g | 1,28 g |
| Triptófano              | 0,20 g | 0,40 g | Glicina                   | 0,19 g | 0,38 g |
| Metionina               | 0,26 g | 0,52 g | Tirosina                  | 0,33 g | 0,66 g |
| Histidina               | 0,19 g | 0,38 g | Cisteína                  | 0,29 g | 0,58 g |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

**infisport**  
SCIENCE NUTRITION

## COMPLEX 4:1<sup>®</sup> RECOVERY SALTS+

Formulado para favorecer la recuperación después del ejercicio.

COMPLEX 4:1<sup>®</sup> RECOVERY SALTS combina carbohidratos de alto índice glucémico, con proteína aislada de suero lácteo (ISOLAC<sup>®</sup>) en proporción 4:1, vitaminas y minerales. Complemento alimenticio en polvo con edulcorante.

### INGREDIENTES:

Maltodextrina, proteína de la **leche** (aislado de proteína de suero **lácteo** (ISOLAC<sup>®</sup>) y emulgente: lecitina de **soja**), acidulante: ácido cítrico, aroma natural, citrato de sodio, almidón de patata (amilopectina), carbonato de magnesio, cloruro de sodio, citrato de potasio, sulfato de manganeso, edulcorante: sucralosa, mezcla de vitaminas (ácido L-ascorbico (vitamina C), acetato de DL-alfa-tocoferilo (vitamina E), nicotinamida (vitamina B3), acetato de retinilo (vitamina A), D-pantotenato cálcico (vitamina B5), clorhidrato de piridoxina (vitamina B6), riboflavina (vitamina B2), clorhidrato de tiamina (vitamina B1), ácido pteroilmonoglutámico (vitamina B9), D-biotina (vitamina B8), colexcalciferol (vitamina D), cianocobalamina (vitamina B12)), colorante: caroteno, sulfato cúprico, sulfato de cinc.

**DOSIS RECOMENDADA:** 60-120 g/día

### PESO NETO:

1,2 kg de polvo (20 servicios).

**Sabores:** cítrico.

### MODO DE EMPLEO:

Disolver 4 medidas colmadas (60 g) en 400 ml de agua y tomarlo durante los primeros 30 minutos después de acabado el ejercicio. Agitar bien para conseguir una perfecta disolución del producto. Contiene medidor.

### ADVERTENCIAS:

Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar a temperatura ambiente en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada, variada y un modo de vida sano. No superar la dosis diaria recomendada.

ANTES

DURANTE

DESPUÉS



**isolac**  
WHEY PROTEIN ISOLATE

PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:







CARBOHIDRATOS

CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNASSALES  
MINERALESPROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOSCONTROL  
DE PESO

SUPLEMENTOS

NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS**infisport**  
SCIENCE NUTRITION

Cítrico

## COMPLEX 4:1<sup>®</sup> RECOVERY SALTS+

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                         | Por 100 g                   | Cantidad por dosis diaria  |                             |
|-------------------------|-----------------------------|----------------------------|-----------------------------|
|                         |                             | 60 g*                      | 120 g                       |
| <b>Valor energético</b> | <b>1562 kJ<br/>367 kcal</b> | <b>937 kJ<br/>220 kcal</b> | <b>1865 kJ<br/>439 kcal</b> |
| Grasas                  | <0,5 g                      | <0,5 g                     | <0,5 g                      |
| De las cuales:          |                             |                            |                             |
| Ácidos grasos saturados | 0,2 g                       | 0,1 g                      | 0,3 g                       |
| Hidratos de carbono     | 70 g                        | 42 g                       | 85 g                        |
| De los cuales:          |                             |                            |                             |
| Azúcares                | 5,5 g                       | 3,3 g                      | 6,6 g                       |
| Proteínas               | 18,3 g                      | 11 g                       | 22 g                        |
| Sal                     | 1,7 g                       | 1 g                        | 2 g                         |
| <b>VITAMINAS:</b>       |                             |                            |                             |
| Vitamina A              | 535 µg (67% VRN*)           | 321 µg (40% VRN*)          | 642 µg (80% VRN*)           |
| Vitamina D              | 3,3 µg (67% VRN*)           | 2 µg (40% VRN*)            | 4 µg (80% VRN*)             |
| Vitamina E              | 8 mg (67% VRN*)             | 4,8 mg (40% VRN*)          | 9,6 mg (80% VRN*)           |
| Vitamina C              | 53 mg (67% VRN*)            | 32 mg (40% VRN*)           | 64 mg (80% VRN*)            |
| Tiamina (B1)            | 0,73 mg (67% VRN*)          | 0,44 mg (40% VRN*)         | 0,88 mg (80% VRN*)          |
| Riboflavina (B2)        | 0,93 mg (67% VRN*)          | 0,56 mg (40% VRN*)         | 1,1 mg (79% VRN*)           |
| Niacina (B3)            | 10,7 mg (67% VRN*)          | 6,4 mg (40% VRN*)          | 13 mg (81% VRN*)            |
| Vitamina B6             | 0,93 mg (67% VRN*)          | 0,56 mg (40% VRN*)         | 1,1 mg (79% VRN*)           |
| Ácido fólico (B9)       | 133,7 µg (67% VRN*)         | 80,2 µg (40% VRN*)         | 160 µg (80% VRN*)           |
| Vitamina B12            | 1,7 µg (67% VRN*)           | 1 µg (40% VRN*)            | 2 µg (80% VRN*)             |
| Biotina (B8)            | 33 µg (67% VRN*)            | 20 µg (40% VRN*)           | 40 µg (80% VRN*)            |
| Ácido pantoténico (B5)  | 4 mg (67% VRN*)             | 2,4 mg (40% VRN*)          | 4,8 mg (80% VRN*)           |

|                          | Por 100 g          | Cantidad por dosis diaria |                    |
|--------------------------|--------------------|---------------------------|--------------------|
|                          |                    | 60 g*                     | 120 g              |
| <b>MINERALES:</b>        |                    |                           |                    |
| Magnesio                 | 195 mg (52% VRN*)  | 117 mg (31% VRN*)         | 234 mg (62% VRN*)  |
| Zinc                     | 5,3 mg (53% VRN*)  | 3,2 mg (32% VRN*)         | 6,3 mg (63% VRN*)  |
| Cobre                    | 373 µg (37% VRN*)  | 224 µg (22% VRN*)         | 448 µg (45% VRN*)  |
| Manganeso                | 0,67 mg (34% VRN*) | 0,40 mg (20 VRN*)         | 0,80 mg (40% VRN*) |
| <b>OTRAS SUSTANCIAS:</b> |                    |                           |                    |
| Sodio                    | 667 mg             | 400 mg                    | 800 mg             |

| AMINOGRAMA POR SERVICIO |        |        |                           |        |        |
|-------------------------|--------|--------|---------------------------|--------|--------|
| Aminoácidos esenciales  |        |        | Aminoácidos no esenciales |        |        |
|                         | 60 g*  | 120 g  |                           | 60 g*  | 120 g  |
| Leucina                 | 1,18 g | 2,36 g | Ácido glutámico           | 2,17 g | 4,34 g |
| Isoleucina              | 0,87 g | 1,74 g | Arginina                  | 0,23 g | 0,46 g |
| Valina                  | 0,79 g | 1,58 g | Ácido aspártico           | 1,27 g | 2,54 g |
| Lisina                  | 1,17 g | 2,34 g | Serina                    | 0,60 g | 1,20 g |
| Fenilalanina            | 0,34 g | 0,68 g | Prolina                   | 0,72 g | 1,44 g |
| Treonina                | 0,85 g | 1,70 g | Alanina                   | 0,63 g | 1,26 g |
| Triptófano              | 0,19 g | 0,38 g | Glicina                   | 0,18 g | 0,36 g |
| Metionina               | 0,26 g | 0,52 g | Tirosina                  | 0,32 g | 0,64 g |
| Histidina               | 0,18 g | 0,36 g | Cisteína                  | 0,28 g | 0,56 g |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes



# SALES MINERALES





CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

**infisport**  
SCIENCE NUTRITION

NEUTRO

## VITALDRINK® SALTS

Complemento Alimenticio a base de vitaminas, minerales y citrato.

**VITALDRINK® SALTS+** aporta sales minerales, vitaminas y citrato en formato cápsula emblistada para su buena conservación y uso, ideal en esfuerzos prolongados.

Complemento Alimenticio en cápsulas a base de vitaminas y sales minerales.

### INGREDIENTES:

Sodio cloruro, potasio citrato, magnesio citrato, cápsula (gelatina, agua, colorante: dióxido de titanio), calcio carbonato, agente de carga: celulosa microcristalina, antiaglomerante (estearato magnesio y dióxido sílice), ácido l-ascorbico, zinc citrato, tiamina clorhidrato, piridoxina clorhidrato, colecalciferol.

**DOSIS RECOMENDADA:** 1-5 cápsulas / día

### MODO DE EMPLEO:

Ingerir una cápsula con suficiente cantidad de agua (150-200 ml).

### PESO NETO:

71,58 g (60 dosis) (60 cápsulas de 1192,941 mg)

**VitaldrinkSalts+** se presenta en estuches que contienen 60 cápsulas de 1192 mg cada una (cuatro blisters de 15 cápsulas que protegen mejor sus principios activos).

### ADVERTENCIAS:

Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada, variada y un modo de vida sano. No superar la dosis diaria recomendada. Con el tiempo el producto puede presentar ligeras variaciones de color que no afectan a su calidad.

ANTES

DURANTE

DESPUÉS



PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:

GMP

ISO 22000

ISO 9001



CARBOHIDRATOS

CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNASSALES  
MINERALESPROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOSCONTROL  
DE PESO

SUPLEMENTOS

NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS**infisport**  
SCIENCE NUTRITION

NEUTRO

## VITALDRINK® SALTS

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                                       | Por 100 g                  | Por cápsula            |                         |
|---------------------------------------|----------------------------|------------------------|-------------------------|
|                                       |                            | 1                      | 5                       |
| <b>Valor energético</b>               | <b>489 kJ<br/>116 kcal</b> | <b>6 kJ<br/>1 kcal</b> | <b>29 kJ<br/>7 kcal</b> |
| Grasas<br>De las cuales:              | 0,5 g                      | 0,006 g                | 0,03 g                  |
| Ácidos grasos saturados               | 0,3 g                      | 0,004 g                | 0,02 g                  |
| Hidratos de carbono<br>De los cuales: | 23,3 g                     | <0,5 g                 | <0,5 g                  |
| Azúcares                              | <0,5 g                     | 0 g                    | 0 g                     |
| Proteínas                             | 0,50 g                     | 0,006 g                | 0,03 g                  |
| Sal                                   | 47,3 g                     | 0,56 g                 | 2,82 g                  |
| <b>VITAMINAS:</b>                     |                            |                        |                         |
| Vitamina D                            | 83,83 µg (1677% VRN*)      | 1 µg (20% VRN*)        | 5 µg (100% VRN*)        |
| Vitamina C                            | 838 mg (1048% VRN*)        | 10 mg (12,5% VRN*)     | 50 mg (62,5% VRN*)      |
| Vitamina B1                           | 7,54 mg (685% VRN*)        | 0,09 mg (8,18% VRN*)   | 0,45 mg (40,91% VRN*)   |
| Vitamina B6                           | 7,54 mg (539% VRN*)        | 0,09 mg (6,43% VRN*)   | 0,45 mg (32,14% VRN*)   |
| <b>MINERALES:</b>                     |                            |                        |                         |
| Potasio                               | 7544 mg (377% VRN*)        | 90 mg (4,5% VRN*)      | 450 mg (22,5% VRN*)     |
| Calcio                                | 2012 mg (251% VRN*)        | 24 mg (3% VRN*)        | 120 mg (15% VRN*)       |
| Magnesio                              | 1676 mg (447% VRN*)        | 20 mg (5,33% VRN*)     | 100 mg (26,66% VRN*)    |
| Zinc                                  | 83,83 mg (838% VRN*)       | 1 mg (10% VRN*)        | 5 mg (50% VRN*)         |
| Sodio                                 | 18442 mg                   | 220 mg                 | 1100 mg                 |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes





CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

**infisport**  
SCIENCE NUTRITION



Naranja



Limón

## DRINK SALTS

Formulado para favorecer la hidratación y el aporte de energía antes, durante y después del ejercicio.

DRINK SALTS es una presentación en polvo para reconstituir en agua, que una vez disuelto, compone una solución isotónica que combina distintos tipos de carbohidratos en ratio 2:1 glucosa: fructosa con sales minerales y una concentración de sodio de 1.150mg/litro. Complemento alimenticio en polvo con azúcar y edulcorante.

### INGREDIENTES:

Sacarosa, dextrosa, maltodextrina, citrato de sodio, aroma, acidulante: ácido cítrico, almidón modificado enzimáticamente (amilopectina), citrato de potasio, cloruro de sodio, piridoxina clorhidrato (vitamina B6), carbonato de magnesio, clorhidrato de tiamina (vitamina B1), riboflavina (vitamina B2), colorante: caroteno, ácido L-ascorbico (vitamina C), sulfato de cinc, acetato de DL-alfa-tocoferilo (vitamina E), edulcorante: sucralosa.

**DOSIS RECOMENDADA:** 40-200 g / día

### MODO DE EMPLEO:

Disolver 2 medidas del polvo (40 g) por cada 500 ml de agua. Beber a pequeños sorbos inmediatamente antes, durante y después de la competición. Contiene medidor.

### PESO NETO:

800 g polvo (20 servicios).

### ADVERTENCIAS:

Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada, variada y un modo de vida sano. No superar la dosis diaria recomendada.

ANTES

DURANTE

DESPUÉS



PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:







CARBOHIDRATOS

CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNASSALES  
MINERALESPROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOSCONTROL  
DE PESO

SUPLEMENTOS

NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS**infisport**  
SCIENCE NUTRITION

Naranja



Limón

## DRINK SALTS

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                                       | Por 100 g                   | 40 g                       | 80 g                        | 200 g                       |
|---------------------------------------|-----------------------------|----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|
| <b>Valor energético</b>               | <b>1553 kJ<br/>365 kcal</b> | <b>621 kJ<br/>146 kcal</b> | <b>1242 kJ<br/>292 kcal</b> | <b>3067 kJ<br/>722 kcal</b> |
| Grasas<br>De las cuales:              | 0 g                         | 0 g                        | 0 g                         | 0 g                         |
| Ácidos grasos saturados               | 0 g                         | 0 g                        | 0 g                         | 0 g                         |
| Hidratos de carbono<br>De los cuales: | 90 g                        | 36 g                       | 72 g                        | 178 g                       |
| Azúcares                              | 80 g                        | 32 g                       | 64 g                        | 158 g                       |
| Proteínas                             | 0 g                         | 0 g                        | 0 g                         | 0 g                         |
| Sal                                   | 3,5 g                       | 1,4 g                      | 2,8 g                       | 7,2 g                       |
| <b>VITAMINAS:</b>                     |                             |                            |                             |                             |
| Vitamina E                            | 4,5 mg (38% VRN*)           | 1,8 mg (15% VRN*)          | 3,6 mg (30% VRN*)           | 9 mg (75% VRN*)             |
| Vitamina C                            | 30 mg (38% VRN*)            | 12 mg (15% VRN*)           | 24 mg (30% VRN*)            | 60 mg (75% VRN*)            |
| Tiamina (B1)                          | 0,43 mg (38% VRN*)          | 0,17 mg (15% VRN*)         | 0,34 mg (30% VRN*)          | 0,84 mg (76% VRN*)          |
| Riboflavina (B2)                      | 0,53 mg (38% VRN*)          | 0,21 mg (15% VRN*)         | 0,42 mg (30% VRN*)          | 1,1 mg (79% VRN*)           |
| Vitamina B6                           | 0,53 mg (38% VRN*)          | 0,21 mg (15% VRN*)         | 0,42 mg (30% VRN*)          | 1,1 mg (79% VRN*)           |
| <b>MINERALES:</b>                     |                             |                            |                             |                             |
| Cloro                                 | 400 mg (50% VRN*)           | 160 mg (20% VRN*)          | 320 mg (40% VRN*)           | 801 mg (100% VRN*)          |
| Magnesio                              | 141 mg (38% VRN*)           | 56,2 mg (15% VRN*)         | 112,4 mg (30% VRN*)         | 281 mg (75% VRN*)           |
| Zinc                                  | 5 mg (50% VRN*)             | 2 mg (20% VRN*)            | 4 mg (40% VRN*)             | 10 mg (100% VRN*)           |
| <b>OTRAS SUSTANCIAS:</b>              |                             |                            |                             |                             |
| Sodio                                 | 1438 mg                     | 575 mg                     | 1150 mg                     | 2875 mg                     |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

**infisport**  
SCIENCE NUTRITION



Naranja



Limón

## DRINK SALTS

Formulado para favorecer la hidratación y el aporte de energía antes, durante y después del ejercicio.

DRINK SALTS es una presentación en polvo para reconstituir en agua, que una vez disuelto, compone una solución isotónica que combina distintos tipos de carbohidratos en ratio 2:1 glucosa: fructosa con sales minerales y una concentración de sodio de 1.150mg/litro. Complemento alimenticio en polvo con azúcar y edulcorante.

### INGREDIENTES:

Sacarosa, dextrosa, maltodextrina, citrato de sodio, aroma, acidulante: ácido cítrico, almidón modificado enzimáticamente (amilopectina), citrato de potasio, cloruro de sodio, piridoxina clorhidrato (vitamina B6), carbonato de magnesio, clorhidrato de tiamina (vitamina B1), colorante: caroteno, riboflavina (vitamina B2), ácido L-ascorbico (vitamina C), sulfato de cinc, acetato de DL-alfa-tocoferilo (vitamina E), edulcorante: sucralosa.

**DOSIS RECOMENDADA:** 40-200 g / día

### MODO DE EMPLEO:

Disolver 2 medidas del polvo (40 g) por cada 500 ml de agua. Beber a pequeños sorbos inmediatamente antes, durante y después de la competición. Contiene medidor.

### PESO NETO:

800 g polvo (20 servicios).

### ADVERTENCIAS:

Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada, variada y un modo de vida sano. No superar la dosis diaria recomendada.

ANTES

DURANTE

DESPUÉS



PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:





CARBOHIDRATOS

CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNASSALES  
MINERALESPROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOSCONTROL  
DE PESO

SUPLEMENTOS

NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS**infisport**  
SCIENCE NUTRITION

Naranja



Limón

## DRINK SALTS

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                                       | Por 100 g                   | 40 g                       | 80 g                        | 200 g                       |
|---------------------------------------|-----------------------------|----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|
| <b>Valor energético</b>               | <b>1545 kJ<br/>363 kcal</b> | <b>618 kJ<br/>145 kcal</b> | <b>1236 kJ<br/>290 kcal</b> | <b>3028 kJ<br/>712 kcal</b> |
| Grasas<br>De las cuales:              | 0 g                         | 0 g                        | 0 g                         | 0 g                         |
| Ácidos grasos saturados               | 0 g                         | 0 g                        | 0 g                         | 0 g                         |
| Hidratos de carbono<br>De los cuales: | 88 g                        | 35 g                       | 70 g                        | 174 g                       |
| Azúcares                              | 78 g                        | 31 g                       | 62 g                        | 155 g                       |
| Proteínas                             | 0 g                         | 0 g                        | 0 g                         | 0 g                         |
| Sal                                   | 3,5 g                       | 1,4 g                      | 2,8 g                       | 7,2 g                       |
| <b>VITAMINAS:</b>                     |                             |                            |                             |                             |
| Vitamina E                            | 4,5 mg (38% VRN*)           | 1,8 mg (15% VRN*)          | 3,6 mg (30% VRN*)           | 9 mg (75% VRN*)             |
| Vitamina C                            | 30 mg (38% VRN*)            | 12 mg (15% VRN*)           | 24 mg (30% VRN*)            | 60 mg (75% VRN*)            |
| Tiamina (B1)                          | 0,43 mg (38% VRN*)          | 0,17 mg (15% VRN*)         | 0,34 mg (30% VRN*)          | 0,84 mg (76% VRN*)          |
| Riboflavina (B2)                      | 0,53 mg (38% VRN*)          | 0,21 mg (15% VRN*)         | 0,42 mg (30% VRN*)          | 1,1 mg (79% VRN*)           |
| Vitamina B6                           | 0,53 mg (38% VRN*)          | 0,21 mg (15% VRN*)         | 0,42 mg (30% VRN*)          | 1,1 mg (79% VRN*)           |
| <b>MINERALES:</b>                     |                             |                            |                             |                             |
| Cloro                                 | 400 mg (50% VRN*)           | 160 mg (20% VRN*)          | 320 mg (40% VRN*)           | 801 mg (100% VRN*)          |
| Magnesio                              | 141 mg (38% VRN*)           | 56,2 mg (15% VRN*)         | 112,4 mg (30% VRN*)         | 281 mg (75% VRN*)           |
| Zinc                                  | 5 mg (50% VRN*)             | 2 mg (20% VRN*)            | 4 mg (40% VRN*)             | 10 mg (100% VRN*)           |
| <b>OTRAS SUSTANCIAS:</b>              |                             |                            |                             |                             |
| Sodio                                 | 1438 mg                     | 575 mg                     | 1150 mg                     | 2875 mg                     |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

**infisport**  
SCIENCE NUTRITION



Naranja



Limón

## DRINK SALTS MONODOSIS

Formulado para favorecer la hidratación y el aporte de energía antes, durante y después del ejercicio.

DRINK SALTS es una presentación en polvo para reconstituir en agua, que una vez disuelto, compone una solución isotónica que combina distintos tipos de carbohidratos en ratio 2:1 glucosa: fructosa con sales minerales y una concentración de sodio de 1.150mg/litro. Complemento alimenticio en polvo con azúcar y edulcorante.

### INGREDIENTES:

Sacarosa, dextrosa, maltodextrina, citrato de sodio, aroma, acidulante: ácido cítrico, almidón modificado enzimáticamente (amilopectina), citrato de potasio, cloruro de sodio, piridoxina clorhidrato (vitamina B6), carbonato de magnesio, clorhidrato de tiamina (vitamina B1), riboflavina (vitamina B2), colorante: caroteno, ácido L-ascorbico (vitamina C), sulfato de cinc, acetato de DL-alfa-tocoferilo (vitamina E), edulcorante: sucralosa.

**DOSIS RECOMENDADA:** 40-200 g / día

### MODO DE EMPLEO:

Disolver 1 sobre (40 g) en 500 ml de agua. Beber a pequeños sorbos inmediatamente antes, durante y después de la competición.

### PESO NETO:

600 g (15 sobres de 40 g).

### ADVERTENCIAS:

Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada, variada y un modo de vida sano. No superar la dosis diaria recomendada.

ANTES

DURANTE

DESPUÉS



PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:





CARBOHIDRATOS

CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNASSALES  
MINERALESPROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOSCONTROL  
DE PESO

SUPLEMENTOS

NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS infisport<sup>®</sup>  
SCIENCE NUTRITION

Naranja



Limón

## DRINK SALTS MONODOSIS

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                                       | Por 100 g                   | 40 g                       | 80 g                        | 200 g                       |
|---------------------------------------|-----------------------------|----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|
| <b>Valor energético</b>               | <b>1553 kJ<br/>365 kcal</b> | <b>621 kJ<br/>146 kcal</b> | <b>1242 kJ<br/>292 kcal</b> | <b>3067 kJ<br/>722 kcal</b> |
| Grasas<br>De las cuales:              | 0 g                         | 0 g                        | 0 g                         | 0 g                         |
| Ácidos grasos saturados               | 0 g                         | 0 g                        | 0 g                         | 0 g                         |
| Hidratos de carbono<br>De los cuales: | 90 g                        | 36 g                       | 72 g                        | 178 g                       |
| Azúcares                              | 80 g                        | 32 g                       | 64 g                        | 158 g                       |
| Proteínas                             | 0 g                         | 0 g                        | 0 g                         | 0 g                         |
| Sal                                   | 3,5 g                       | 1,4 g                      | 2,8 g                       | 7,2 g                       |
| <b>VITAMINAS:</b>                     |                             |                            |                             |                             |
| Vitamina E                            | 4,5 mg (38% VRN*)           | 1,8 mg (15% VRN*)          | 3,6 mg (30% VRN*)           | 9 mg (75% VRN*)             |
| Vitamina C                            | 30 mg (38% VRN*)            | 12 mg (15% VRN*)           | 24 mg (30% VRN*)            | 60 mg (75% VRN*)            |
| Tiamina (B1)                          | 0,43 mg (38% VRN*)          | 0,17 mg (15% VRN*)         | 0,34 mg (30% VRN*)          | 0,84 mg (76% VRN*)          |
| Riboflavina (B2)                      | 0,53 mg (38% VRN*)          | 0,21 mg (15% VRN*)         | 0,42 mg (30% VRN*)          | 1,1 mg (79% VRN*)           |
| Vitamina B6                           | 0,53 mg (38% VRN*)          | 0,21 mg (15% VRN*)         | 0,42 mg (30% VRN*)          | 1,1 mg (79% VRN*)           |
| <b>MINERALES:</b>                     |                             |                            |                             |                             |
| Cloro                                 | 400 mg (50% VRN*)           | 160 mg (20% VRN*)          | 320 mg (40% VRN*)           | 801 mg (100% VRN*)          |
| Magnesio                              | 141 mg (38% VRN*)           | 56,2 mg (15% VRN*)         | 112,4 mg (30% VRN*)         | 281 mg (75% VRN*)           |
| Zinc                                  | 5 mg (50% VRN*)             | 2 mg (20% VRN*)            | 4 mg (40% VRN*)             | 10 mg (100% VRN*)           |
| Sodio                                 | 1438 mg                     | 575 mg                     | 1150 mg                     | 2875 mg                     |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes





CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

**infisport**  
SCIENCE NUTRITION



Naranja



Limón

## DRINK SALTS MONODOSIS

Formulado para favorecer la hidratación y el aporte de energía antes, durante y después del ejercicio.

DRINK SALTS es una presentación en polvo para reconstituir en agua, que una vez disuelto, compone una solución isotónica que combina distintos tipos de carbohidratos en ratio 2:1 glucosa: fructosa con sales minerales y una concentración de sodio de 1.150mg/litro. Complemento alimenticio en polvo con azúcar y edulcorante.

### INGREDIENTES:

Sacarosa, dextrosa, maltodextrina, citrato de sodio, aroma, acidulante: ácido cítrico, almidón modificado enzimáticamente (amilopectina), citrato de potasio, cloruro de sodio, piridoxina clorhidrato (vitamina B6), carbonato de magnesio, clorhidrato de tiamina (vitamina B1), colorante: caroteno, riboflavina (vitamina B2), ácido L-ascorbico (vitamina C), sulfato de cinc, acetato de DL-alfa-tocoferilo (vitamina E), edulcorante: sucralosa.

**DOSIS RECOMENDADA:** 40-200 g / día

### MODO DE EMPLEO:

Disolver 1 sobre (40 g) en 500 ml de agua. Beber a pequeños sorbos inmediatamente antes, durante y después de la competición.

### PESO NETO:

600 g (15 sobres de 40 g).

### ADVERTENCIAS:

Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada, variada y un modo de vida sano. No superar la dosis diaria recomendada.

ANTES

DURANTE

DESPUÉS



PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:





CARBOHIDRATOS

CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNASSALES  
MINERALESPROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOSCONTROL  
DE PESO

SUPLEMENTOS

NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS infisport<sup>®</sup>  
SCIENCE NUTRITION

Naranja



Limón

## DRINK SALTS MONODOSIS

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                                       | Por 100 g                   | 40 g                       | 80 g                        | 200 g                       |
|---------------------------------------|-----------------------------|----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|
| <b>Valor energético</b>               | <b>1545 kJ<br/>363 kcal</b> | <b>618 kJ<br/>145 kcal</b> | <b>1236 kJ<br/>290 kcal</b> | <b>3028 kJ<br/>712 kcal</b> |
| Grasas<br>De las cuales:              | 0 g                         | 0 g                        | 0 g                         | 0 g                         |
| Ácidos grasos saturados               | 0 g                         | 0 g                        | 0 g                         | 0 g                         |
| Hidratos de carbono<br>De los cuales: | 88 g                        | 35 g                       | 70 g                        | 174 g                       |
| Azúcares                              | 78 g                        | 31 g                       | 62 g                        | 155 g                       |
| Proteínas                             | 0 g                         | 0 g                        | 0 g                         | 0 g                         |
| Sal                                   | 3,5 g                       | 1,4 g                      | 2,8 g                       | 7,2 g                       |
| <b>VITAMINAS:</b>                     |                             |                            |                             |                             |
| Vitamina E                            | 4,5 mg (38% VRN*)           | 1,8 mg (15% VRN*)          | 3,6 mg (30% VRN*)           | 9 mg (75% VRN*)             |
| Vitamina C                            | 30 mg (38% VRN*)            | 12 mg (15% VRN*)           | 24 mg (30% VRN*)            | 60 mg (75% VRN*)            |
| Tiamina (B1)                          | 0,43 mg (38% VRN*)          | 0,17 mg (15% VRN*)         | 0,34 mg (30% VRN*)          | 0,84 mg (76% VRN*)          |
| Riboflavina (B2)                      | 0,53 mg (38% VRN*)          | 0,21 mg (15% VRN*)         | 0,42 mg (30% VRN*)          | 1,1 mg (79% VRN*)           |
| Vitamina B6                           | 0,53 mg (38% VRN*)          | 0,21 mg (15% VRN*)         | 0,42 mg (30% VRN*)          | 1,1 mg (79% VRN*)           |
| <b>MINERALES:</b>                     |                             |                            |                             |                             |
| Cloro                                 | 400 mg (50% VRN*)           | 160 mg (20% VRN*)          | 320 mg (40% VRN*)           | 801 mg (100% VRN*)          |
| Magnesio                              | 141 mg (38% VRN*)           | 56,2 mg (15% VRN*)         | 112,4 mg (30% VRN*)         | 281 mg (75% VRN*)           |
| Zinc                                  | 5 mg (50% VRN*)             | 2 mg (20% VRN*)            | 4 mg (40% VRN*)             | 10 mg (100% VRN*)           |
| Sodio                                 | 1438 mg                     | 575 mg                     | 1150 mg                     | 2875 mg                     |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes



# PROTEÍNAS Y AMINOÁCIDOS







CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

**infisport**  
SCIENCE NUTRITION



Chocolate



Fresa



Mango

## ISO WHEY Leucina+

Formulado para combatir el desgaste muscular y/o aumentar la masa muscular.

ISO WHEY Leucina+ combina concentrado (Lacprodan®, Arla Foods Ingredients Group P/s.) y aislado (ISOLAC®, Carbery Group Ltd.) de suero lácteo de alta calidad junto a L-leucina (Kyowa Quality®), aportando proteínas de alto Valor Biológico. Complemento alimenticio en polvo con edulcorante a base de proteínas.

### INGREDIENTES:

Proteínas de la **leche** (concentrado (Lacprodan®, Arla Foods Ingredients Group P/s.), aislado (ISOLAC®, Carbery Group Ltd.) de proteína de suero **lácteo** y emulgente: lecitina de **soja**), cacao en polvo desgrasado, L-leucina (Kyowa Quality®), piridoxina clorhidrato (vitamina B6), edulcorante: sucralosa, aroma.

**DOSIS RECOMENDADA:** 34-68 g/día

### MODO DE EMPLEO:

Disolver 3 medidas (34 gramos) en 250 ml de agua y tomar dos veces al día, fuera de las dos comidas principales. Contiene medidor.

### PESO NETO:

1 kg de polvo para preparación de batido (29 servicios).

### ADVERTENCIAS:

Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada, variada y un modo de vida sano. No superar la dosis diaria recomendada.

ANTES

DURANTE

DESPUÉS



**isolac**  
WHEY PROTEIN ISOLATE

**KQ** Kyowa  
Quality

PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:





CARBOHIDRATOS

CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNASSALES  
MINERALESPROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOSCONTROL  
DE PESO

SUPLEMENTOS

NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS**infisport**  
SCIENCE NUTRITION

Chocolate



Fresa



Mango

## ISO WHEY Leucina+

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                         | Por 100 g                   | Cantidad por dosis diaria  |                             |
|-------------------------|-----------------------------|----------------------------|-----------------------------|
|                         |                             | 34 g                       | 68 g                        |
| <b>Valor energético</b> | <b>1629 kJ<br/>385 kcal</b> | <b>554 kJ<br/>131 kcal</b> | <b>1108 kJ<br/>262 kcal</b> |
| Grasas                  | 7,1 g                       | 2,4 g                      | 4,7 g                       |
| De las cuales:          |                             |                            |                             |
| Ácidos grasos saturados | 4,4 g                       | 1,5 g                      | 3 g                         |
| Hidratos de carbono     | 5,9 g                       | 2 g                        | 4 g                         |
| De los cuales:          |                             |                            |                             |
| Azúcares                | 2,9 g                       | 1 g                        | 1,9 g                       |
| Proteínas               | 73,5 g                      | 25 g                       | 50 g                        |
| Sal                     | 0,41 g                      | 0,14 g                     | 0,28 g                      |
| <b>VITAMINAS:</b>       |                             |                            |                             |
| Vitamina B6             | 1,62 mg (116% VRN*)         | 0,55 mg (39% VRN*)         | 1,10 mg (79% VRN*)          |

### Aminograma por servicio de producto

| Aminograma por servicio de producto |        |        |                           |        |        |
|-------------------------------------|--------|--------|---------------------------|--------|--------|
| Aminoácidos esenciales              |        |        | Aminoácidos no esenciales |        |        |
|                                     | 34 g   | 68 g   |                           | 34 g   | 68 g   |
| Leucina                             | 2,35 g | 4,70 g | Ácido glutámico           | 3,92 g | 7,84 g |
| L-Leucina<br>(Kyowa Quality®)       | 1,70 g | 3,40 g | Arginina                  | 0,53 g | 1,06 g |
| Isoleucina                          | 1,45 g | 2,90 g | Ácido aspártico           | 2,37 g | 4,74 g |
| Valina                              | 1,41 g | 2,82 g | Serina                    | 1,17 g | 2,34 g |
| Lisina                              | 2,11 g | 4,22 g | Prolina                   | 1,38 g | 2,76 g |
| Fenilalanina                        | 0,71 g | 1,42 g | Alanina                   | 1,16 g | 2,32 g |
| Treonina                            | 1,58 g | 3,16 g | Glicina                   | 0,40 g | 0,80 g |
| Triptófano                          | 0,75 g | 1,50 g | Tirosina                  | 0,75 g | 1,50 g |
| Metionina                           | 0,48 g | 0,96 g | Cisteína                  | 0,51 g | 1,02 g |
| Histidina                           | 0,38 g | 0,76 g |                           |        |        |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes





CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

**infisport**  
SCIENCE NUTRITION



Chocolate



Fresa



Mango

## ISO WHEY Leucina+

Formulado para combatir el desgaste muscular y/o aumentar la masa muscular.

ISO WHEY Leucina+ combina concentrado (Lacprodan®, Arla Foods Ingredients Group P/s.) y aislado (ISOLAC®, Carbery Group Ltd.) de suero lácteo de alta calidad junto a L-leucina (Kyowa Quality®), aportando proteínas de alto Valor Biológico. Complemento alimenticio en polvo con edulcorante a base de proteínas.

### INGREDIENTES:

Proteína de la **leche** (concentrado (Lacprodan®, Arla Foods Ingredients Group P/s.), aislado (ISOLAC®, Carbery Group Ltd.) de proteína de suero **lácteo** y emulgente: lecitina de **soja**), L-leucina (Kyowa Quality®), piridoxina clorhidrato (vitamina B6), aroma, zumo concentrado de remolacha, edulcorante: sucralosa.

**DOSIS RECOMENDADA:** 33-66 g/día.

### MODO DE EMPLEO:

Disolver 3 medidas (33 gramos) en 250 ml de agua y tomar dos veces al día, fuera de las dos comidas principales. Contiene medidor.

### PESO NETO:

1 kg de polvo para preparación de batido (30 servicios).

### ADVERTENCIAS:

Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada, variada y un modo de vida sano. No superar la dosis diaria recomendada.

ANTES

DURANTE

DESPUÉS



**isolac**  
WHEY PROTEIN ISOLATE

**KQ** Kyowa  
Quality

PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:





CARBOHIDRATOS

CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNASSALES  
MINERALESPROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOSCONTROL  
DE PESO

SUPLEMENTOS

NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS**infisport**  
SCIENCE NUTRITION

Chocolate



Fresa



Mango

## ISO WHEY Leucina+

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                         | Por 100 g                   | Cantidad por dosis diaria  |                             |
|-------------------------|-----------------------------|----------------------------|-----------------------------|
|                         |                             | 33 g                       | 66 g                        |
| <b>Valor energético</b> | <b>1670 kJ<br/>394 kcal</b> | <b>551 kJ<br/>130 kcal</b> | <b>1102 kJ<br/>206 kcal</b> |
| Grasas                  | 6,4 g                       | 2,1 g                      | 4,3 g                       |
| De las cuales:          |                             |                            |                             |
| Ácidos grasos saturados | 4,2 g                       | 1,4 g                      | 2,8 g                       |
| Hidratos de carbono     | 7 g                         | 2,3 g                      | 4,5 g                       |
| De los cuales:          |                             |                            |                             |
| Azúcares                | 3,3 g                       | 1,1 g                      | 2,2 g                       |
| Proteínas               | 76 g                        | 25 g                       | 51 g                        |
| Sal                     | 0,42 g                      | 0,14 g                     | 0,29 g                      |
| <b>VITAMINAS:</b>       |                             |                            |                             |
| Vitamina B6             | 1,61 mg (115% VRN*)         | 0,53 mg (38% VRN*)         | 1,10 mg (79% VRN*)          |

### Aminograma por servicio de producto

| Aminoácidos esenciales        |        | Aminoácidos no esenciales |                 |        |        |
|-------------------------------|--------|---------------------------|-----------------|--------|--------|
|                               |        | 33g                       | 66 g            | 33 g   | 66 g   |
| Leucina                       | 2,47 g | 4,94 g                    | Ácido glutámico | 4,12 g | 8,24 g |
| L-Leucina<br>(Kyowa Quality®) | 1,65 g | 3,30 g                    | Arginina        | 0,56 g | 1,12 g |
| Isoleucina                    | 1,52 g | 3,04 g                    | Ácido aspártico | 2,50 g | 5,00 g |
| Valina                        | 1,48 g | 2,96 g                    | Serina          | 1,24 g | 2,48 g |
| Lisina                        | 2,22 g | 4,44 g                    | Prolina         | 1,45 g | 2,90 g |
| Fenilalanina                  | 0,75 g | 1,50 g                    | Alanina         | 1,22 g | 2,44 g |
| Treonina                      | 1,66 g | 3,32 g                    | Glicina         | 0,42 g | 0,84 g |
| Triptófano                    | 0,76 g | 1,52 g                    | Tirosina        | 0,79 g | 1,58 g |
| Metionina                     | 0,51 g | 1,02 g                    | Cisteína        | 0,54 g | 1,08 g |
| Histidina                     | 0,41 g | 0,82 g                    |                 |        |        |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

**infisport**  
SCIENCE NUTRITION



Chocolate



Fresa



Mango

## ISO WHEY Leucina+

Formulado para combatir el desgaste muscular y/o aumentar la masa muscular.

ISO WHEY Leucina+ combina concentrado (Lacprodan®, Arla Foods Ingredients Group P/s.) y aislado (ISOLAC®, Carbery Group Ltd.) de suero lácteo de alta calidad junto a L-leucina (Kyowa Quality®), aportando proteínas de alto Valor Biológico. Complemento alimenticio en polvo con edulcorante a base de proteínas.

### INGREDIENTES:

Proteína de la **leche** (concentrado (Lacprodan®, Arla Foods Ingredients Group P/s.), aislado (ISOLAC®, Carbery Group Ltd.) de proteína de suero **lácteo** y emulgente: lecitina de **soja**), L-leucina (Kyowa Quality®), piridoxina clorhidrato (vitamina B6), acidulante: ácido cítrico, aroma, colorante: caroteno, edulcorante: sucralosa.

**DOSIS RECOMENDADA:** 32-64 g/día

### MODO DE EMPLEO:

Disolver 3 medidas (32 gramos) en 250 ml de agua y tomar dos veces al día, fuera de las dos comidas principales. Contiene medidor.

### PESO NETO:

1 kg de polvo para preparación de batido (31 servicios).

### ADVERTENCIAS:

Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada, variada y un modo de vida sano. No superar la dosis diaria recomendada.

ANTES

DURANTE

DESPUÉS



**isolac**  
WHEY PROTEIN ISOLATE

**KQ** Kyowa  
Quality

PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:

GMP

IFS



Chocolate



Fresa



Mango

## ISO WHEY Leucina+

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                         | Por 100 g                   | Cantidad por dosis diaria  |                             |
|-------------------------|-----------------------------|----------------------------|-----------------------------|
|                         |                             | 32 g                       | 64 g                        |
| <b>Valor energético</b> | <b>1656 kJ<br/>391 kcal</b> | <b>530 kJ<br/>125 kcal</b> | <b>1065 kJ<br/>252 kcal</b> |
| Grasas                  | 6,3 g                       | 2 g                        | 4 g                         |
| De las cuales:          |                             |                            |                             |
| Ácidos grasos saturados | 4,1 g                       | 1,3 g                      | 2,6 g                       |
| Hidratos de carbono     | 5 g                         | 1,6 g                      | 3,2 g                       |
| De los cuales:          |                             |                            |                             |
| Azúcares                | 2,8 g                       | 0,9 g                      | 1,8 g                       |
| Proteínas               | 78 g                        | 25 g                       | 50 g                        |
| Sal                     | 0,44 g                      | 0,14 g                     | 0,28 g                      |
| <b>VITAMINAS:</b>       |                             |                            |                             |
| Vitamina B6             | 1,63 mg (116% VRN*)         | 0,52 mg (37% VRN*)         | 1 mg (71% VRN*)             |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes

### Aminograma por servicio de producto

| Aminoácidos esenciales     |        | Aminoácidos no esenciales |                 |        |        |
|----------------------------|--------|---------------------------|-----------------|--------|--------|
|                            |        | 32 g                      | 64 g            | 32 g   | 64 g   |
| Leucina                    | 2,44 g | 4,88 g                    | Ácido glutámico | 4,09 g | 8,18 g |
| L-Leucina (Kyowa Quality®) | 1,60 g | 3,20 g                    | Arginina        | 0,55 g | 1,10 g |
| Isoleucina                 | 1,52 g | 3,04 g                    | Ácido aspártico | 2,48 g | 4,96 g |
| Valina                     | 1,48 g | 2,96 g                    | Serina          | 1,22 g | 2,44 g |
| Lisina                     | 2,20 g | 4,40 g                    | Prolina         | 1,44 g | 2,88 g |
| Fenilalanina               | 0,73 g | 1,46 g                    | Alanina         | 1,21 g | 2,42 g |
| Treonina                   | 1,65 g | 3,30 g                    | Glicina         | 0,41 g | 0,82 g |
| Triptófano                 | 0,75 g | 1,50 g                    | Tirosina        | 0,77 g | 1,54 g |
| Metionina                  | 0,50 g | 1,00 g                    | Cisteína        | 0,53 g | 1,06 g |
| Histidina                  | 0,40 g | 0,80 g                    |                 |        |        |



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

**infisport**  
SCIENCE NUTRITION



Chocolate



Fresa

## PROTEIN SECUENCIAL

Formulado para conservar y/o aumentar la masa muscular.

Combina distintas fuentes de proteínas con diferentes velocidades de absorción junto a péptidos de colágeno bioactivos patentados (Bodybalance®) específicos para combatir la sarcopenia, mantener y aumentar la masa muscular. Complemento alimenticio en polvo con edulcorante.

### INGREDIENTES:

Proteína de la **leche** (concentrado de proteína de suero **lácteo** (Lacprodan®, Arla Foods Ingredients Group P/s.) y emulgente lecitina de **soja**), proteína de colágeno (18,75%) (Bodybalance®), proteína de la **leche** (**caseinato** cálcico), piridoxina clorhidrato (vitamina B6), zumo concentrado de remolacha, aroma, ácido pteroilmonoglutámico (vitamina B9), edulcorante: sucralosa, cianocobalamina (vitamina B12).

**DOSIS RECOMENDADA:** 40-80 g/día

### MODO DE EMPLEO:

Disolver 3 medidas colmadas (40 gramos) en 200-300 ml de agua y tomar dos veces al día, fuera de las dos comidas principales. Contiene medidor.

### PESO NETO:

1 kg polvo (25 servicios)

### ADVERTENCIAS:

Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada, variada y un modo de vida sano. No superar la dosis diaria recomendada.

ANTES

DURANTE

DESPUÉS



BODYBALANCE®  
Performance Peptides

PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:







CARBOHIDRATOS

CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNASSALES  
MINERALESPROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOSCONTROL  
DE PESO

SUPLEMENTOS

NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS**infisport**  
SCIENCE NUTRITION

Chocolate



Fresa

# PROTEIN SECUENCIAL

## INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                         | Por 100 g                   | Cantidad por dosis diaria  |                             |
|-------------------------|-----------------------------|----------------------------|-----------------------------|
|                         |                             | 40 g                       | 80 g                        |
| <b>Valor energético</b> | <b>1648 kJ<br/>390 kcal</b> | <b>659 kJ<br/>156 kcal</b> | <b>1318 kJ<br/>312 kcal</b> |
| Grasas                  | 6,3 g                       | 2,5 g                      | 5,1 g                       |
| De las cuales:          |                             |                            |                             |
| Ácidos grasos saturados | 4 g                         | 1,6 g                      | 3,2 g                       |
| Hidratos de carbono     | 6,5 g                       | 2,6 g                      | 5,1 g                       |
| De los cuales:          |                             |                            |                             |
| Azúcares                | 3,3 g                       | 1,3 g                      | 2,5 g                       |
| Proteínas               | 78 g                        | 31 g                       | 61 g                        |
| Sal                     | 0,63 g                      | 0,25 g                     | 0,50 g                      |
| <b>VITAMINAS:</b>       |                             |                            |                             |
| Vitamina B6             | 1,4 mg (100% VRN*)          | 0,56 mg (40% VRN*)         | 1,1 mg (80% VRN*)           |
| Ácido fólico (B9)       | 200 µg (100% VRN*)          | 80 µg (40% VRN*)           | 160 µg (80% VRN*)           |
| Vitamina B12            | 2,5 µg (100% VRN*)          | 1 µg (40% VRN*)            | 2 µg (80% VRN*)             |

## Aminograma por servicio de producto

| Aminograma por servicio de producto |        |        |                           |        |        |
|-------------------------------------|--------|--------|---------------------------|--------|--------|
| Aminoácidos esenciales              |        |        | Aminoácidos no esenciales |        |        |
|                                     | 40 g   | 80 g   |                           | 40 g   | 80 g   |
| Leucina                             | 2,62 g | 5,24 g | Ácido glutámico           | 4,77 g | 9,54 g |
| Isoleucina                          | 1,48 g | 2,96 g | Arginina                  | 1,13 g | 2,26 g |
| Valina                              | 1,59 g | 3,18 g | Ácido aspártico           | 2,75 g | 5,50 g |
| Lisina                              | 2,36 g | 4,72 g | Serina                    | 1,45 g | 2,90 g |
| Fenilalanina                        | 0,92 g | 1,84 g | Prolina                   | 2,38 g | 4,76 g |
| Treonina                            | 1,69 g | 3,38 g | Alanina                   | 1,76 g | 3,52 g |
| Triptófano                          | 0,40 g | 0,80 g | Glicina                   | 1,86 g | 3,72 g |
| Metionina                           | 0,55 g | 1,10 g | Tirosina                  | 0,77 g | 1,54 g |
| Histidina                           | 0,49 g | 0,98 g | Cisteína                  | 0,49 g | 0,98 g |
|                                     |        |        | Hidroxilisina             | 0,13 g | 0,26 g |
|                                     |        |        | Hidroxiprolina            | 0,77 g | 1,54 g |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

**infisport**  
SCIENCE NUTRITION



Chocolate



Fresa

## PROTEIN SECUENCIAL

Formulado para conservar y/o aumentar la masa muscular.

PROTEIN SECUENCIAL combina distintas fuentes de proteínas con diferentes velocidades de absorción junto a péptidos de colágeno bioactivos patentados (Bodybalance®), específicos para combatir la sarcopenia y mantener o aumentar la masa muscular. Complemento alimenticio en polvo con edulcorante.

### INGREDIENTES:

Proteína de la **leche** (concentrado de proteína de suero **lácteo** (Lacprodan®, Arla Foods Ingredients Group P/s.) y emulgente lecitina de **soja**), proteína de colágeno (18,75%) (Bodybalance®), cacao en polvo desgrasado, proteína de la **leche** (**caseinato** cálcico), piridoxina clorhidrato (vitamina B6), aromas, ácido pteroilmonoglutámico (vitamina B9), edulcorante sucralosa, cianocobalamina (vitamina B12).

**DOSIS RECOMENDADA:** 40-80 g/día

### MODO DE EMPLEO:

Disolver 3 medidas colmadas (40 gramos) en 200-300 ml de agua y tomar dos veces al día, fuera de las dos comidas principales. Contiene medidor.

### PESO NETO:

1 kg polvo (25 servicios).

### ADVERTENCIAS:

Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada, variada y un modo de vida sano. No superar la dosis diaria recomendada.

ANTES

DURANTE

DESPUÉS



BODYBALANCE®  
Performance Peptides

PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:





CARBOHIDRATOS

CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNASSALES  
MINERALESPROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOSCONTROL  
DE PESO

SUPLEMENTOS

NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS infisport<sup>®</sup>  
SCIENCE NUTRITION

Chocolate



Fresa

# PROTEIN SECUENCIAL

## INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                         | Por 100 g                   | Cantidad por dosis diaria  |                             |
|-------------------------|-----------------------------|----------------------------|-----------------------------|
|                         |                             | 40 g                       | 80 g                        |
| <b>Valor energético</b> | <b>1595 kJ<br/>378 kcal</b> | <b>638 kJ<br/>151 kcal</b> | <b>1277 kJ<br/>302 kcal</b> |
| Grasas                  | 6,8 g                       | 2,7 g                      | 5,4 g                       |
| De las cuales:          |                             |                            |                             |
| Ácidos grasos saturados | 4,3 g                       | 1,7 g                      | 3,4 g                       |
| Hidratos de carbono     | 6,3 g                       | 2,5 g                      | 5 g                         |
| De los cuales:          |                             |                            |                             |
| Azúcares                | 2,5 g                       | 1 g                        | 2,1 g                       |
| Proteínas               | 70 g                        | 28 g                       | 57 g                        |
| Sal                     | 0,58 g                      | 0,23 g                     | 0,46 g                      |
| <b>VITAMINAS:</b>       |                             |                            |                             |
| Vitamina B6             | 1,4 mg (100% VRN*)          | 0,56 mg (40% VRN*)         | 1,1 mg (79% VRN*)           |
| Ácido fólico (B9)       | 200 µg (100% VRN*)          | 80 µg (40% VRN*)           | 160 µg (80% VRN*)           |
| Vitamina B12            | 2,5 µg (100% VRN*)          | 1 µg (40% VRN*)            | 2 µg (80% VRN*)             |

## Aminograma por servicio de producto

| Aminograma por servicio de producto |        |        |                           |        |        |
|-------------------------------------|--------|--------|---------------------------|--------|--------|
| Aminoácidos esenciales              |        |        | Aminoácidos no esenciales |        |        |
|                                     | 40 g   | 80 g   |                           | 40 g   | 80 g   |
| Leucina                             | 2,27 g | 4,54 g | Ácido glutámico           | 4,20 g | 8,40 g |
| Isoleucina                          | 1,28 g | 2,56 g | Arginina                  | 1,05 g | 2,10 g |
| Valina                              | 1,39 g | 2,78 g | Ácido aspártico           | 2,40 g | 4,80 g |
| Lisina                              | 2,05 g | 4,10 g | Serina                    | 1,28 g | 2,56 g |
| Fenilalanina                        | 0,82 g | 1,64 g | Prolina                   | 2,18 g | 4,36 g |
| Treonina                            | 1,46 g | 2,92 g | Alanina                   | 1,59 g | 3,18 g |
| Triptófano                          | 0,34 g | 0,68 g | Glicina                   | 1,80 g | 3,60 g |
| Metionina                           | 0,48 g | 0,96 g | Tirosina                  | 0,67 g | 1,34 g |
| Histidina                           | 0,43 g | 0,86 g | Cisteína                  | 0,41 g | 0,82 g |
|                                     |        |        | Hidroxilisina             | 0,13 g | 0,26 g |
|                                     |        |        | Hidroxiprolina            | 0,77 g | 1,54 g |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

**infisport**  
SCIENCE NUTRITION



Chocolate



Fresa

## ISO PRO-T<sup>®</sup>

Formulado para combatir el desgaste muscular y/o aumentar la masa muscular.

ISO PRO-T combina hidrolizado (OPTIPEP<sup>®</sup>) y aislado de suero lácteo de alta calidad permitiendo un aporte proteico de alto Valor Biológico. Complemento alimenticio con edulcorante a base de proteínas y vitamina B6.

### INGREDIENTES:

Proteína de la **leche** (aislado de proteína de suero **lácteo** (ISOLAC<sup>®</sup>), aislado de proteína de **suero** hidrolizado (OPTIPEP<sup>®</sup>) y emulgente: lecitina de **soja**), cacao en polvo desgrasado, piridoxina clorhidrato (vitamina B6), aroma, edulcorante: sucralosa.

**DOSIS RECOMENDADA:** 30-60 g/día

### MODO DE EMPLEO:

Disolver 3 medidas (30 gramos) en 250 ml de agua y tomar dos veces al día, fuera de las dos comidas principales. Contiene medidor.

### PESO NETO:

1 Kg (33 servicios)

### ADVERTENCIAS:

Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada, variada y un modo de vida sano. No superar la dosis diaria recomendada.

ANTES

DURANTE

DESPUÉS



Optipep<sup>®</sup> **isolac**  
WHEY PROTEIN ISOLATE

PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:





CARBOHIDRATOS

CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNASSALES  
MINERALESPROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOSCONTROL  
DE PESO

SUPLEMENTOS

NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS**infisport**  
SCIENCE NUTRITION

Chocolate



Fresa

## ISO PRO-T<sup>®</sup>

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                         | Por 100 g                   | Cantidad por dosis diaria  |                            |
|-------------------------|-----------------------------|----------------------------|----------------------------|
|                         |                             | 30 g                       | 60 g                       |
| <b>Valor energético</b> | <b>1567 kJ<br/>370 kcal</b> | <b>470 kJ<br/>111 kcal</b> | <b>940 kJ<br/>222 kcal</b> |
| Grasas                  | 2 g                         | 0,6 g                      | 1,2 g                      |
| De las cuales:          |                             |                            |                            |
| Ácidos grasos saturados | 1,3 g                       | 0,4 g                      | 0,8 g                      |
| Hidratos de carbono     | 4 g                         | 1,2 g                      | 2,5 g                      |
| De los cuales:          |                             |                            |                            |
| Azúcares                | 1,3 g                       | <0,5 g                     | 0,8 g                      |
| Proteínas               | 83 g                        | 25 g                       | 50 g                       |
| Sal                     | 0,37 g                      | 0,11 g                     | 0,21 g                     |
| <b>VITAMINAS:</b>       |                             |                            |                            |
| Vitamina B6             | 1,6 mg (114% VRN*)          | 0,48 mg (34% VRN*)         | 0,96 mg (69% VRN*)         |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes

### Aminograma por servicio de producto

| Aminograma por servicio de producto |        |        |                           |        |        |
|-------------------------------------|--------|--------|---------------------------|--------|--------|
| Aminoácidos esenciales              |        |        | Aminoácidos no esenciales |        |        |
|                                     | 30 g   | 60 g   |                           | 30 g   | 60 g   |
| Leucina                             | 2,64 g | 5,28 g | Glutamina                 | 4,83 g | 9,66 g |
| Isoleucina                          | 1,94 g | 3,88 g | Arginina                  | 0,50 g | 1,00 g |
| Valina                              | 1,77 g | 3,54 g | Ácido aspártico           | 2,83 g | 5,66 g |
| Lisina                              | 2,60 g | 5,20 g | Serina                    | 1,32 g | 2,64 g |
| Fenilalanina                        | 0,75 g | 1,50 g | Prolina                   | 1,61 g | 3,22 g |
| Treonina                            | 1,89 g | 3,78 g | Alanina                   | 1,40 g | 2,80 g |
| Triptófano                          | 0,43 g | 0,86 g | Glicina                   | 0,40 g | 0,80 g |
| Metionina                           | 0,57 g | 1,14 g | Tirosina                  | 0,71 g | 1,42 g |
| Histidina                           | 0,41 g | 0,82 g | Cisteína                  | 0,63 g | 1,26 g |





CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

**infisport**  
SCIENCE NUTRITION



Chocolate



Fresa

## ISO PRO-T<sup>®</sup>

Formulado para combatir el desgaste muscular y/o aumentar la masa muscular.

ISO PRO-T combina hidrolizado (OPTIPEP<sup>®</sup>) y aislado de suero lácteo (ISOLAC<sup>®</sup>) de alta calidad permitiendo un aporte proteico de alto Valor Biológico.

Complemento alimenticio con edulcorante a base de proteínas y vitamina B6.

### INGREDIENTES:

Proteína de la **leche** (aislado de proteína de suero **lácteo** (ISOLAC<sup>®</sup>), aislado de proteína de **suero** hidrolizado (OPTIPEP<sup>®</sup>) y emulgente: lecitina de **soja**), fresa en polvo, piridoxina clorhidrato (vitamina B6), aroma, zumo concentrado de remolacha, edulcorante: sucralosa.

**DOSIS RECOMENDADA:** 30-60 g/día

### MODO DE EMPLEO:

Disolver 3 medidas (30 gramos) en 250 ml de agua y tomar dos veces al día, fuera de las dos comidas principales. Contiene medidor.

### PESO NETO:

1 Kg (33 servicios)

### ADVERTENCIAS:

Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada, variada y un modo de vida sano. No superar la dosis diaria recomendada.

ANTES

DURANTE

DESPUÉS



Optipep<sup>®</sup>

isolac<sup>®</sup>  
WHEY PROTEIN ISOLATE

PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:





CARBOHIDRATOS

CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNASSALES  
MINERALESPROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOSCONTROL  
DE PESO

SUPLEMENTOS

NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS**infisport**  
SCIENCE NUTRITION

Chocolate



Fresa

## ISO PRO-T<sup>®</sup>

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                         | Por 100 g                   | Cantidad por dosis diaria  |                            |
|-------------------------|-----------------------------|----------------------------|----------------------------|
|                         |                             | 30 g                       | 60 g                       |
| <b>Valor energético</b> | <b>1593 kJ<br/>373 kcal</b> | <b>478 kJ<br/>112 kcal</b> | <b>955 kJ<br/>225 kcal</b> |
| Grasas                  | 1 g                         | <0,5 g                     | 0,6 g                      |
| De las cuales:          |                             |                            |                            |
| Ácidos grasos saturados | 0,7 g                       | 0,2 g                      | 0,5 g                      |
| Hidratos de carbono     | 7,7 g                       | 2,3 g                      | 4,7 g                      |
| De los cuales:          |                             |                            |                            |
| Azúcares                | 2,3 g                       | 0,7 g                      | 1,3 g                      |
| Proteínas               | 83 g                        | 25 g                       | 50 g                       |
| Sal                     | 0,4 g                       | 0,12 g                     | 0,24 g                     |
| <b>VITAMINAS:</b>       |                             |                            |                            |
| Vitamina B6             | 1,6 mg (114% VRN*)          | 0,48 mg (34% VRN*)         | 0,96 mg (69% VRN*)         |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes

### Aminograma por servicio de producto

| Aminograma por servicio de producto |        |        |                           |        |         |
|-------------------------------------|--------|--------|---------------------------|--------|---------|
| Aminoácidos esenciales              |        |        | Aminoácidos no esenciales |        |         |
|                                     | 30 g   | 60 g   |                           | 30 g   | 60 g    |
| Leucina                             | 2,73 g | 5,46 g | Glutamina                 | 5,00 g | 10,00 g |
| Isoleucina                          | 2,01 g | 4,02 g | Arginina                  | 0,52 g | 1,04 g  |
| Valina                              | 1,83 g | 3,66 g | Ácido aspártico           | 2,93 g | 5,86 g  |
| Lisina                              | 2,70 g | 5,40 g | Serina                    | 1,37 g | 2,74 g  |
| Fenilalanina                        | 0,77 g | 1,54 g | Prolina                   | 1,67 g | 3,34 g  |
| Treonina                            | 1,95 g | 3,90 g | Alanina                   | 1,45 g | 2,90 g  |
| Triptófano                          | 0,44 g | 0,88 g | Glicina                   | 0,42 g | 0,84 g  |
| Metionina                           | 0,59 g | 1,18 g | Tirosina                  | 0,74 g | 1,48 g  |
| Histidina                           | 0,43 g | 0,86 g | Cisteína                  | 0,66 g | 1,32 g  |



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

**infisport**  
SCIENCE NUTRITION



Chocolate



Fresa

## ISO PRO-T<sup>®</sup> MONODOSIS

Formulado para combatir el desgaste muscular y/o aumentar la masa muscular.

ISO PRO-T combina hidrolizado (OPTIPEP<sup>®</sup>) y aislado de suero lácteo (ISOLAC<sup>®</sup>) de alta calidad permitiendo un aporte proteico de alto Valor Biológico. Complemento alimenticio con edulcorante a base de proteínas y vitamina B6.

### INGREDIENTES:

Proteína de la **LECHE** (aislado de proteína de suero **LÁCTEO** (ISOLAC<sup>®</sup>), aislado de proteína de **SUERO** hidrolizado (OPTIPEP<sup>®</sup>) y emulgente: lecitina de **SOJA**), fresa en polvo, piridoxina clorhidrato (vitamina B6), aroma, zumo concentrado de remolacha, edulcorante: sucralosa.

**DOSIS RECOMENDADA:** 30-60 g/día

### MODO DE EMPLEO:

Disolver 1 sobre (30 gramos) en 250 ml de agua y tomar dos veces al día, fuera de las dos comidas principales.

### PESO NETO:

480 g (16 sobres de 30 g).

### ADVERTENCIAS:

Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada, variada y un modo de vida sano. No superar la dosis diaria recomendada.

ANTES

DURANTE

DESPUÉS



Optipep<sup>®</sup>

isolac  
WHEY PROTEIN ISOLATE

PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:





CARBOHIDRATOS

CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNASSALES  
MINERALESPROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOSCONTROL  
DE PESO

SUPLEMENTOS

NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS**infisport**  
SCIENCE NUTRITION

Chocolate



Fresa

## ISO PRO-T<sup>®</sup> MONODOSIS

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                         | Por 100 g                   | Cantidad por dosis diaria  |                            |
|-------------------------|-----------------------------|----------------------------|----------------------------|
|                         |                             | 30 g                       | 60 g                       |
| <b>Valor energético</b> | <b>1593 kJ<br/>373 kcal</b> | <b>478 kJ<br/>112 kcal</b> | <b>955 kJ<br/>225 kcal</b> |
| Grasas                  | 1 g                         | <0,5 g                     | 0,6 g                      |
| De las cuales:          |                             |                            |                            |
| Ácidos grasos saturados | 0,7 g                       | 0,2 g                      | 0,5 g                      |
| Hidratos de carbono     | 7,7 g                       | 2,3 g                      | 4,7 g                      |
| De los cuales:          |                             |                            |                            |
| Azúcares                | 2,3 g                       | 0,7 g                      | 1,3 g                      |
| Proteínas               | 83 g                        | 25 g                       | 50 g                       |
| Sal                     | 0,4 g                       | 0,12 g                     | 0,24 g                     |
| <b>VITAMINAS:</b>       |                             |                            |                            |
| Vitamina B6             | 1,6 mg (114% VRN*)          | 0,48 mg (34% VRN*)         | 0,96 mg (69% VRN*)         |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes

### Aminograma por servicio de producto

| Aminoácidos esenciales |        | Aminoácidos no esenciales |                 |        |         |
|------------------------|--------|---------------------------|-----------------|--------|---------|
|                        |        | 30 g                      | 60 g            | 30 g   | 60 g    |
| Leucina                | 2,73 g | 5,46 g                    | Ácido glutámico | 5,00 g | 10,00 g |
| Isoleucina             | 2,01 g | 4,02 g                    | Arginina        | 0,52 g | 1,04 g  |
| Valina                 | 1,83 g | 3,66 g                    | Ácido aspártico | 2,93 g | 5,86 g  |
| Lisina                 | 2,70 g | 5,40 g                    | Serina          | 1,37 g | 2,74 g  |
| Fenilalanina           | 0,77 g | 1,54 g                    | Prolina         | 1,67 g | 3,34 g  |
| Treonina               | 1,95 g | 3,90 g                    | Alanina         | 1,45 g | 2,90 g  |
| Triptófano             | 0,44 g | 0,88 g                    | Glicina         | 0,42 g | 0,84 g  |
| Metionina              | 0,59 g | 1,18 g                    | Tirosina        | 0,74 g | 1,48 g  |
| Histidina              | 0,43 g | 0,86 g                    | Cisteína        | 0,66 g | 1,32 g  |



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

**infisport**  
SCIENCE NUTRITION



Chocolate



Fresa

## ISO PRO-T<sup>®</sup> MONODOSIS

Formulado para combatir el desgaste muscular y/o aumentar la masa muscular.

ISO PRO-T combina hidrolizado (OPTIPEP<sup>®</sup>) y aislado de suero lácteo (ISOLAC<sup>®</sup>) de alta calidad permitiendo un aporte proteico de alto Valor Biológico. Complemento alimenticio con edulcorante a base de proteínas y vitamina B6.

### INGREDIENTES:

Proteína de la **LECHE** (aislado de proteína de suero **LÁCTEO** (ISOLAC<sup>®</sup>), aislado de proteína de **SUERO** hidrolizado (OPTIPEP<sup>®</sup>) y emulgente: lecitina de **SOJA**), cacao en polvo desgrasado, piridoxina clorhidrato (vitamina B6), aroma, edulcorante: sucralosa.

**DOSIS RECOMENDADA:** 30-60 g/día

### MODO DE EMPLEO:

Disolver 1 sobre (30 gramos) en 250 ml de agua y tomar dos veces al día, fuera de las dos comidas principales.

### PESO NETO:

480 g (16 sobres de 30 g).

### ADVERTENCIAS:

Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada, variada y un modo de vida sano. No superar la dosis diaria recomendada.

ANTES

DURANTE

DESPUÉS



Optipep<sup>®</sup>

isolac  
WHEY PROTEIN ISOLATE

PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:







CARBOHIDRATOS

CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNASSALES  
MINERALESPROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOSCONTROL  
DE PESO

SUPLEMENTOS

NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS**infisport**  
SCIENCE NUTRITION

Chocolate



Fresa

## ISO PRO-T<sup>®</sup> MONODOSIS

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                         | Por 100 g                   | Cantidad por dosis diaria  |                            |
|-------------------------|-----------------------------|----------------------------|----------------------------|
|                         |                             | 30 g                       | 60 g                       |
| <b>Valor energético</b> | <b>1567 kJ<br/>370 kcal</b> | <b>470 kJ<br/>111 kcal</b> | <b>940 kJ<br/>222 kcal</b> |
| Grasas                  | 2 g                         | 0,6 g                      | 1,2 g                      |
| De las cuales:          |                             |                            |                            |
| Ácidos grasos saturados | 1,3 g                       | 0,4 g                      | 0,8 g                      |
| Hidratos de carbono     | 4 g                         | 1,2 g                      | 2,5 g                      |
| De los cuales:          |                             |                            |                            |
| Azúcares                | 1,3 g                       | <0,5 g                     | 0,8 g                      |
| Proteínas               | 83 g                        | 25 g                       | 50 g                       |
| Sal                     | 0,37 g                      | 0,11 g                     | 0,21 g                     |
| <b>VITAMINAS:</b>       |                             |                            |                            |
| Vitamina B6             | 1,6 mg (114% VRN*)          | 0,48 mg (34% VRN*)         | 0,96 mg (69% VRN*)         |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes

### Aminograma por servicio de producto

| Aminoácidos esenciales |        | Aminoácidos no esenciales |                 |        |        |
|------------------------|--------|---------------------------|-----------------|--------|--------|
|                        |        | 30 g                      | 60 g            | 30 g   | 60 g   |
| Leucina                | 2,64 g | 5,28 g                    | Ácido glutámico | 4,83 g | 9,66 g |
| Isoleucina             | 1,94 g | 3,88 g                    | Arginina        | 0,50 g | 1,00 g |
| Valina                 | 1,77 g | 3,54 g                    | Ácido aspártico | 2,83 g | 5,66 g |
| Lisina                 | 2,60 g | 5,20 g                    | Serina          | 1,32 g | 2,64 g |
| Fenilalanina           | 0,75 g | 1,50 g                    | Prolina         | 1,61 g | 3,22 g |
| Treonina               | 1,89 g | 3,78 g                    | Alanina         | 1,40 g | 2,80 g |
| Triptófano             | 0,43 g | 0,86 g                    | Glicina         | 0,40 g | 0,80 g |
| Metionina              | 0,57 g | 1,14 g                    | Tirosina        | 0,71 g | 1,42 g |
| Histidina              | 0,41 g | 0,82 g                    | Cisteína        | 0,63 g | 1,26 g |



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

**infisport**  
SCIENCE NUTRITION



Sandía

## AMINOÁCIDOS ESENCIALES

IAEE de Infisport es un complemento alimenticio compuesto por todos los aminoácidos esenciales, no sintetizables por el organismo. Sin grasas ni azúcares.

Complemento alimenticio en polvo con edulcorante a base de aminoácidos esenciales.

### INGREDIENTES:

L-Leucina (Kyowa Quality®), clorhidrato de L-lisina, L-valina (Kyowa Quality®), L-fenilalanina, L-isoleucina (Kyowa Quality®), L-treonina, L-histidina base, maltodextrina, acidulante: ácido cítrico, L-triptofano, L-metionina, zumo concentrado de remolacha, edulcorante: sucralosa, aroma, colorante: caroteno.

Puede contener trazas de SOJA.

DOSIS RECOMENDADA: 15 g / día

### MODO DE EMPLEO:

Tomar 3 medidas del dosificador (15 g) disueltas en 200 ml de agua repartidas en el entorno del ejercicio antes/durante/después.

PESO NETO: 200 g.

### ADVERTENCIAS:

Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada, variada y un modo de vida sano. No superar la dosis diaria recomendada. No debe ser consumido por mujeres embarazadas, ni por aquellas personas que estén siendo tratadas con antidepresivos o que padezcan insuficiencia renal.

ANTES

DURANTE

DESPUÉS



**KQ** Kyowa  
Quality

PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:





CARBOHIDRATOS

CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNASSALES  
MINERALESPROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOSCONTROL  
DE PESO

SUPLEMENTOS

NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS infisport<sup>®</sup>  
SCIENCE NUTRITION

Sandía

## AMINOÁCIDOS ESENCIALES

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                         | 100 g                       | 15 g                      |
|-------------------------|-----------------------------|---------------------------|
| <b>Valor energético</b> | <b>1173 kJ<br/>273 kcal</b> | <b>176 kJ<br/>41 kcal</b> |
| Grasas                  | 0 g                         | 0 g                       |
| De las cuales:          |                             |                           |
| Ácidos grasos saturados | 0 g                         | 0 g                       |
| Hidratos de carbono     | 7,3 g                       | 1,1 g                     |
| De los cuales:          |                             |                           |
| Azúcares                | 0 g                         | 0 g                       |
| Proteínas               | 60 g                        | 9 g                       |
| Sal                     | 0 g                         | 0 g                       |
| <b>AMINOÁCIDOS:</b>     |                             |                           |
| L-Leucina               | 20 g                        | 3 g                       |
| L-Isoleucina            | 10 g                        | 1,50 g                    |
| L-Valina                | 13 g                        | 1,95 g                    |
| L-Lisina                | 15 g                        | 2,25 g                    |
| L-Fenilalanina          | 12,67 g                     | 1,90 g                    |
| L-Treonina              | 7,67 g                      | 1,15 g                    |
| L-Triptofano            | 2 g                         | 0,30 g                    |
| L-Metionina             | 1,67 g                      | 0,25 g                    |
| L-Histidina             | 7,47 g                      | 1,12 g                    |



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

**infisport**  
SCIENCE NUTRITION

NEUTRO

## BCAA LEUCINA+ 8:1:1 cápsulas

Aminoácidos ramificados en proporción 8:1:1

Complemento alimenticio en cápsula a base de aminoácidos ramificados y vitamina B6.

### INGREDIENTES:

L-leucina (100% Ajinomoto Co.), agente de carga: celulosa microcristalina, agente de recubrimiento (hidroxipropilmetilcelulosa, agua, E171, E407, E440), L-isoleucina (100% Ajinomoto Co.), L-valina (100% Ajinomoto Co.), antiaglomerante: estearato magnesio y dióxido sílice, piridoxina clorhidrato (vitamina B6).

**DOSIS RECOMENDADA:** 10 cápsulas / día

### MODO DE EMPLEO:

- **Deportes de alta intensidad y corta duración:** tomar 5 cápsulas antes de iniciar la actividad y repetir al finalizar el ejercicio.
- **Deportes de intensidad media y larga duración:** tomar 5 cápsulas durante la actividad física y repetir al final del ejercicio.

### PESO NETO:

76 g (100 cápsulas de 760 mg).

### ADVERTENCIAS:

Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada, variada y un modo de vida sano. No superar la dosis diaria recomendada.

ANTES

DURANTE

DESPUÉS



Ajinomoto Co., s  
Pure Amino Acids

PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:

GMP

ISO 22000

ISO 9001





CARBOHIDRATOS

CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNASSALES  
MINERALESPROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOSCONTROL  
DE PESO

SUPLEMENTOS

NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS**infisport**  
SCIENCE NUTRITION

NEUTRO

## BCAA LEUCINA+ 8:1:1 cápsulas

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                                       | 100 g                       | 5 Cápsulas               | 10 Cápsulas               |
|---------------------------------------|-----------------------------|--------------------------|---------------------------|
| <b>Valor energético</b>               | <b>1654 kJ<br/>390 kcal</b> | <b>50 kJ<br/>12 kcal</b> | <b>100 kJ<br/>24 kcal</b> |
| Grasas<br>De las cuales:              | 1,1 g                       | 0,03 g                   | 0,07 g                    |
| Ácidos grasos saturados               | 0,37 g                      | 0,01 g                   | 0,02 g                    |
| Hidratos de carbono<br>De los cuales: | 42,4 g                      | 1,28 g                   | 2,56 g                    |
| Azúcares                              | 2,7 g                       | 0,08 g                   | 0,16 g                    |
| Proteínas                             | 52,5 g                      | 1,58 g                   | 3,17 g                    |
| Sal                                   | 0,07 g                      | 0,002 g                  | 0,004 g                   |
| <b>VITAMINAS:</b>                     |                             |                          |                           |
| Vitamina B6                           | 6,96 mg (497% VRN*)         | 0,21 mg (15% VRN*)       | 0,42 mg (30% VRN*)        |
| <b>AMINOÁCIDOS:</b>                   |                             |                          |                           |
| L-Leucina                             | 63014 mg                    | 1900 mg                  | 3800 mg                   |
| L-Isoleucina                          | 7877 mg                     | 237,5 mg                 | 475 mg                    |
| L-Valina                              | 7877 mg                     | 237,5 mg                 | 475 mg                    |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes





CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

**infisport**  
SCIENCE NUTRITION

NEUTRO

## BCAA LEUCINA<sup>+</sup> 8:1:1 polvo

Aminoácidos ramificados en proporción 8:1:1

Complemento alimenticio en polvo a base de aminoácidos ramificados y vitamina B6.

### INGREDIENTES:

L- Leucina (80%) (100% Ajinomoto Co.), L-Valina (100% Ajinomoto Co.), L-Isoleucina (100% Ajinomoto Co.), piridoxina clorhidrato (vitamina B6).

**DOSIS RECOMENDADA:** 2,5-5 g/día.

### MODO DE EMPLEO:

**Deportes de alta intensidad y corta duración:**

Tomar (2,5 g) directamente en la boca o disuelta en agua (125 ml) antes de iniciar la actividad y repetir al finalizar el ejercicio.

**Deportes de intensidad media y larga duración:**

Tomar (2,5 g) directamente en la boca o disuelta en agua (125 ml) durante la actividad física y repetir al final del ejercicio.

Contiene medidor.

### PESO NETO:

200 g polvo (80 servicios).

### ADVERTENCIAS:

Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada, variada y un modo de vida sano. No superar la dosis diaria recomendada.

ANTES

DURANTE

DESPUÉS



**Kyowa Quality**

PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:





CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

**infisport**  
SCIENCE NUTRITION

NEUTRO

## BCAA LEUCINA<sup>+</sup> 8:1:1 polvo

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                                       | 100 g               | 2,5 g              | 5 g                |
|---------------------------------------|---------------------|--------------------|--------------------|
| Valor energético                      | 1680 kJ<br>400 kcal | 42 kJ<br>10 kcal   | 85 kJ<br>20 kcal   |
| Grasas<br>De las cuales:              | 0 g                 | 0 g                | 0 g                |
| Ácidos grasos saturados               | 0 g                 | 0 g                | 0 g                |
| Hidratos de carbono<br>De los cuales: | 0 g                 | 0 g                | 0 g                |
| Azúcares                              | 0 g                 | 0 g                | 0 g                |
| Proteínas                             | 100 g               | 2,5 g              | 5 g                |
| Sal                                   | 0 g                 | 0 g                | 0 g                |
| VITAMINAS:                            |                     |                    |                    |
| Vitamina B6                           | 8,4 mg (600% VRN*)  | 0,21 mg (15% VRN*) | 0,42 mg (30% VRN*) |
| AMINOÁCIDOS:                          |                     |                    |                    |
| L-Leucina                             | 79992 mg            | 2000 mg            | 4000 mg            |
| L-Isoleucina                          | 9999 mg             | 250 mg             | 500 mg             |
| L-Valina                              | 9999 mg             | 250 mg             | 500 mg             |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

**infisport**  
SCIENCE NUTRITION

NEUTRO

## GLUTAMIN ZINC comprimidos

L-Glutamina (Kyowa Quality®) con zinc.

GLUTAMIN es un Complemento alimenticio a base de L-glutamina (Kyowa Quality®), zinc y vitamina B6 en formato polvo y comprimido. Complemento alimenticio en comprimidos a base de L-glutamina, zinc y vitamina B6.

### INGREDIENTES:

L-glutamina (Kyowa Quality®), agente de carga: celulosa microcristalina, fosfato bicalcico y sorbitol, antiaglomerante: estearato de magnesio y dióxido sílice, zinc sulfato, piridoxina clorhidrato (vitamina B6).

**DOSIS RECOMENDADA:** 6-9 comprimidos / día.

### MODO DE EMPLEO:

Tomar 2-3 comprimidos 3 veces al día. Una toma siempre al acabar el ejercicio.

### PESO NETO:

150 g (150 comprimidos de 1000 mg).

### ADVERTENCIAS:

Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada, variada y un modo de vida sano. No superar la dosis diaria recomendada.

ANTES

DURANTE

DESPUÉS



**KQ** Kyowa  
Quality

PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:





CARBOHIDRATOS

CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNASSALES  
MINERALESPROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOSCONTROL  
DE PESO

SUPLEMENTOS

NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS**infisport**  
SCIENCE NUTRITION

NEUTRO

## GLUTAMIN ZINC comprimidos

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                                       | 100 g                       | 6 Comprimidos            | 9 Comprimidos             |
|---------------------------------------|-----------------------------|--------------------------|---------------------------|
| <b>Valor energético</b>               | <b>1266 kJ<br/>303 kcal</b> | <b>76 kJ<br/>18 kcal</b> | <b>114 kJ<br/>27 kcal</b> |
| Grasas<br>De las cuales:              | 1,2 g                       | 0,07 g                   | 0,11 g                    |
| Ácidos grasos saturados               | 0,8 g                       | 0,05 g                   | 0,07 g                    |
| Hidratos de carbono<br>De los cuales: | <0,5 g                      | <0,5 g                   | <0,5 g                    |
| Azúcares                              | <0,5 g                      | <0,5 g                   | <0,5 g                    |
| Proteínas                             | 53,9 g                      | 3,23 g                   | 4,85 g                    |
| Sal                                   | 0,05 g                      | 0,003 g                  | 0,005 g                   |
| <b>VITAMINAS:</b>                     |                             |                          |                           |
| Vitamina B6                           | 10 mg (714% VRN*)           | 0,6 mg (43% VRN*)        | 0,9 mg (64% VRN*)         |
| <b>MINERALES:</b>                     |                             |                          |                           |
| Zinc                                  | 100 mg (1000% VRN*)         | 6 mg (60% VRN*)          | 9 mg (90% VRN*)           |
| <b>AMINOÁCIDOS:</b>                   |                             |                          |                           |
| L- Glutamina                          | 52,71 g                     | 3,16 g                   | 4,74 g                    |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

**infisport**  
SCIENCE NUTRITION

NEUTRO

## GLUTAMIN ZINC polvo

L-Glutamina (Kyowa Quality®) con zinc.

GLUTAMIN es un Complemento alimenticio a base de L-glutamina (Kyowa Quality®), zinc y vitamina B6 en formato polvo y comprimido.

Complemento alimenticio en polvo a base de L-Glutamina. Con cinc y vitamina B6.

### INGREDIENTES:

L-Glutamina (Kyowa Quality®), sulfato de cinc, clorhidrato piridoxina (vitamina B6).

**DOSIS RECOMENDADA:** 6-12 g / día.

### MODO DE EMPLEO:

Tomar una medida rasa del dosificador (6 g) dos veces al día, directamente en la boca o disuelto en agua (100 ml). Una toma siempre al acabar el ejercicio. Contiene medidor.

### PESO NETO:

300 g de polvo (50 servicios).

### ADVERTENCIAS:

Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada, variada y un modo de vida sano. No superar la dosis diaria recomendada.

ANTES

DURANTE

DESPUÉS



**KQ** Kyowa  
Quality

PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:

GMP

IFS





CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

**infisport**  
SCIENCE NUTRITION

NEUTRO

## GLUTAMIN ZINC polvo

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                         | 100 g                       | 6 g                       | 12 g                      |
|-------------------------|-----------------------------|---------------------------|---------------------------|
| <b>Valor energético</b> | <b>1700 kJ<br/>400 kcal</b> | <b>102 kJ<br/>24 kcal</b> | <b>204 kJ<br/>48 kcal</b> |
| Grasas                  | 0 g                         | 0 g                       | 0 g                       |
| De las cuales:          |                             |                           |                           |
| Ácidos grasos saturados | 0 g                         | 0 g                       | 0 g                       |
| Hidratos de carbono     | 0 g                         | 0 g                       | 0 g                       |
| De los cuales:          |                             |                           |                           |
| Azúcares                | 0 g                         | 0 g                       | 0 g                       |
| Proteínas               | 100 g                       | 6 g                       | 12 g                      |
| Sal                     | 0 g                         | 0 g                       | 0 g                       |
| <b>VITAMINAS:</b>       |                             |                           |                           |
| Vitamina B6             | 11 mg (786% VRN*)           | 0,66 mg (47% VRN*)        | 1,3 mg (93% VRN*)         |
| <b>MINERALES:</b>       |                             |                           |                           |
| Zinc                    | 66,7 mg (667% VRN*)         | 4 mg (40% VRN*)           | 8 mg (80% VRN*)           |
| <b>AMINOÁCIDOS:</b>     |                             |                           |                           |
| L- Glutamina            | 99,8 g                      | 5,99 g                    | 11,98 g                   |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

**infisport**  
SCIENCE NUTRITION



&



Chocolate - Chocolate



&



Fresa - Chocolate

## PROTEIN BAR SECUENCIAL

Barrita proteica sabor fresa y chocolate con edulcorante.

PROTEIN BAR SECUENCIAL sabor fresa es una barrita con cobertura de chocolate y alto contenido de fibra y proteína procedente de tres fuentes distintas con diferente velocidad de absorción. Contiene fuente de vitamina B1 y B6. Es baja en azúcares. Sin gluten. Sin aceite de palma.

### INGREDIENTES:

Proteína **LÁCTEA** (proteína de suero de **LECHE**, **CASEINATO** cálcico, emulgente: lecitina de **SOJA**), cobertura de chocolate con **LECHE** 36% cacao mínimo con edulcorante (edulcorante: maltitol, manteca de cacao, pasta de cacao, **LECHE** en polvo, **LECHE** desnatada en polvo, emulgente: lecitina de **SOJA**, aroma) (16,9%), aislado de proteína de **SOJA**, jarabe de oligofructosa, humectante: jarabe de maltitol, isomalto-oligosacárido en polvo, polidextrosa, humectante: jarabe de sorbitol, jarabe de polidextrosa, inulina, agua, **ALMENDRA** (1,3%), zumo de remolacha concentrado en polvo (zumo de remolacha roja concentrado, maltodextrina, corrector de acidez: ácido cítrico), emulgente: lecitina de **SOJA**, zumo de fresa concentrado en polvo, aromas, corrector de acidez: ácido cítrico, clorhidrato de piridoxina (vitamina B6), clorhidrato de tiamina (vitamina B1), conservador: sorbato potásico.

Puede contener trazas de huevo, cacahuete, otros frutos de cáscara, sésamo, sulfitos y/o derivados de los mismos.

### MODO DE EMPLEO:

Tomar una barrita después de la actividad física o como snack en cualquier momento del día.

### PESO NETO:

960 g (24 barritas de 40 g).

### ADVERTENCIAS:

Conservar en un lugar fresco seco y al abrigo de la luz.

ANTES

DURANTE

DESPUÉS



PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:

IFS

GMP

ISO 22000

ISO 9001

ISO 14001



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

**infisport**  
SCIENCE NUTRITION



&



Chocolate - Chocolate



&



Fresa - Chocolate

## PROTEIN BAR SECUENCIAL

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                         | 100 g                             | 40g                              |
|-------------------------|-----------------------------------|----------------------------------|
| <b>Valor energético</b> | <b>1322 kJ</b><br><b>316 kcal</b> | <b>529 kJ</b><br><b>127 kcal</b> |
| Grasas                  | 7,6 g                             | 3,1 g                            |
| De las cuales:          |                                   |                                  |
| Ácidos grasos saturados | 4,2 g                             | 1,7 g                            |
| Carbohidratos           | 23,1 g                            | 9,2 g                            |
| De los cuales:          |                                   |                                  |
| Azúcares                | 4,7 g                             | 1,9 g                            |
| Polialcoholes           | 9,9 g                             | 4 g                              |
| Fibra                   | 21,5 g                            | 8,6 g                            |
| Proteínas               | 32 g                              | 12,8 g                           |
| Sal                     | 0,41 g                            | 0,16 g                           |
| <b>VITAMINAS:</b>       |                                   |                                  |
| Tiamina (B1)            | 0,41 mg (37% VRN*)                | 0,17 mg (15% VRN*)               |
| Vitamina B6             | 0,52 mg (37% VRN*)                | 0,21 mg (15% VRN*)               |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

**infisport**  
SCIENCE NUTRITION



&



Chocolate - Chocolate



&



Fresa - Chocolate

## PROTEIN BAR SECUENCIAL

Barrita proteica sabor chocolate con edulcorante.

PROTEIN BAR SECUENCIAL sabor chocolate es una barrita con cobertura de chocolate y alto contenido de fibra y proteína procedente de distintas fuentes con diferente velocidad de absorción. Contiene fuente de vitamina B1 y B6. Es baja en azúcares. Sin gluten. Sin aceite de palma.

### INGREDIENTES:

Proteína **LÁCTEA** (proteína de suero de **LECHE**, **CASEINATO** cálcico, emulgente: lecitina de **SOJA**), cobertura de chocolate con **LECHE** 36% cacao mínimo con edulcorante (edulcorante: maltitol, manteca de cacao, pasta de cacao, **LECHE** en polvo, **LECHE** desnatada en polvo, emulgente: lecitina de **SOJA**, aroma) (15,6%), jarabe de oligofructosa, humectante: jarabe de maltitol, aislado de proteína de **SOJA**, isomalto-oligosacárido en polvo, inulina, humectante: jarabe de sorbitol, agua, cacao en polvo, aroma, emulgente: lecitina de **SOJA**, **ALMENDRA** (0,5%), corrector de acidez: ácido cítrico, clorhidrato de piridoxina (vitamina B6), clorhidrato de tiamina (vitamina B1), conservador: sorbato potásico.

Puede contener trazas de huevo, cacahuete, otros frutos de cáscara, sésamo, sulfitos y/o derivados de los mismos.

### MODO DE EMPLEO:

Tomar una barrita después de la actividad física o como snack en cualquier momento del día.

### PESO NETO:

960 g (24 barritas de 40 g).

### ADVERTENCIAS:

Conservar en un lugar fresco seco y al abrigo de la luz.

ANTES

DURANTE

DESPUÉS



PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:

IFS GMP ISO 22000 ISO 9001 ISO 14001



CARBOHIDRATOS

CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNASSALES  
MINERALESPROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOSCONTROL  
DE PESO

SUPLEMENTOS

NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS**infisport**  
SCIENCE NUTRITION

&amp;



Chocolate - Chocolate



&amp;



Fresa - Chocolate

## PROTEIN BAR SECUENCIAL

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                         | 100 g                       | 40g                        |
|-------------------------|-----------------------------|----------------------------|
| <b>Valor energético</b> | <b>1346 kJ<br/>322 kcal</b> | <b>538 kJ<br/>129 kcal</b> |
| Grasas                  | 7,5 g                       | 3 g                        |
| De las cuales:          |                             |                            |
| Ácidos grasos saturados | 4,4 g                       | 1,8 g                      |
| Carbohidratos           | 22,6 g                      | 9 g                        |
| De los cuales:          |                             |                            |
| Azúcares                | 4,9 g                       | 2 g                        |
| Polialcoholes           | 9,4 g                       | 3,8 g                      |
| Fibra                   | 20,7 g                      | 8,3 g                      |
| Proteínas               | 34,3 g                      | 13,7 g                     |
| Sal                     | 0,38 g                      | 0,15 g                     |
| <b>VITAMINAS:</b>       |                             |                            |
| Tiamina (B1)            | 0,42 mg (38% VRN*)          | 0,17 mg (15% VRN*)         |
| Vitamina B6             | 0,53 mg (38% VRN*)          | 0,21 mg (15% VRN*)         |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes





CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

**infisport**  
SCIENCE NUTRITION



Doble Chocolate



Limón

## PROTEIN TECH BAR

Barrita proteica con doble chocolate con edulcorante.

PROTEIN TECH BAR sabor doble chocolate es una barrita sin cobertura con alto contenido en proteínas y fibra. Bajo contenido de azúcares. Contiene una fuente de vitamina B1 y B6. Sin gluten. Sin aceite de palma.

### INGREDIENTES:

Proteína **LÁCTEA** (proteína de **LECHE** aislada, proteína de **SUERO** aislada, emulgente: lecitina de **SOJA**), jarabe de oligofructosa, **ALMENDRA** (7,2%), cobertura de chocolate negro con edulcorante 52% cacao (edulcorante: maltitol, pasta de cacao, manteca de cacao, emulgente: lecitina de **SOJA**, aroma) (7,1%), isomalto-oligosacáridos en polvo, cobertura de chocolate negro con edulcorante 52% cacao (edulcorante: maltitol, pasta de cacao, manteca de cacao, emulgente: lecitina de **SOJA**, aroma) (6,3%), humectante: jarabe de maltitol, agua, aromas, corrector de acidez: ácido cítrico, conservador: sorbato potásico, preparado de vitaminas (maltodextrinas, clorhidrato de piridoxina, clorhidrato de tiamina).

Puede contener trazas de huevo, cacahuete, otros frutos de cáscara, sésamo, sulfitos y/o derivados de los mismos.

### MODO DE EMPLEO:

Puede tomarse en cualquier momento del día.

### PESO NETO:

720 g (12 barritas de 60 g).

### ADVERTENCIAS:

Conservar en un lugar fresco seco y al abrigo de la luz.

ANTES

DURANTE

DESPUÉS



PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:

IFS

GMP

ISO 22000

ISO 9001

ISO 14001



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

**infisport**  
SCIENCE NUTRITION



Doble Chocolate



Limón

## PROTEIN TECH BAR

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                                 | 100 g               | 60g                |
|---------------------------------|---------------------|--------------------|
| Valor energético                | 1339 kJ<br>321 kcal | 804 kJ<br>193 kcal |
| Grasas<br>De las cuales:        | 9,3 g               | 5,6 g              |
| Ácidos grasos saturados         | 3,3 g               | 2,0 g              |
| Carbohidratos<br>De los cuales: | 15,5 g              | 9,3 g              |
| Azúcares                        | 4,4 g               | 2,6 g              |
| Polialcoholes                   | 9,7 g               | 5,8 g              |
| Fibra                           | 24,6 g              | 14,7 g             |
| Proteínas                       | 35,5 g              | 21,3 g             |
| Sal                             | 0,29 g              | 0,17 g             |
| VITAMINAS:                      |                     |                    |
| Tiamina (B1)                    | 0,28 mg (25% VRN*)  | 0,17 mg (15% VRN*) |
| Vitamina B6                     | 0,35 mg (25% VRN*)  | 0,21 mg (15% VRN*) |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

**infisport**  
SCIENCE NUTRITION



Doble Chocolate



Limón

## PROTEIN TECH BAR

Barrita proteica sabor limón con edulcorantes.

PROTEIN TECH BAR sabor limón es una barrita sin cobertura con alto contenido en proteínas y fibra. Bajo contenido de azúcares. Contiene una fuente de vitamina B1 y B6. Sin gluten. Sin aceite de palma.

### INGREDIENTES:

Proteína **LÁCTEA** (proteína de **LECHE** aislada, proteína de **SUERO** aislada, emulgente: lecitina de **SOJA**), jarabe de oligofructosa, humectante: jarabe de maltitol, **ALMENDRA** (8,5%), chocolate blanco con edulcorantes 29% cacao (edulcorante: maltitol, manteca de cacao, **LECHE** entera en polvo, emulgente: lecitina de **SOJA**, edulcorante: acesulfamo potásico, aroma) (7,0%), isomalto-oligosacáridos en polvo, agua, aromas, limón confitado (limón, jarabe de glucosa y fructosa, azúcar, corrector de acidez: ácido cítrico, conservadores: sorbato potásico y **METABISULFITO** sódico) (0,3%), sal marina, corrector de acidez: ácido cítrico, conservador: sorbato potásico, preparado de vitaminas (maltodextrinas, clorhidrato de piridoxina, clorhidrato de tiamina).

Puede contener trazas de huevo, cacahuete, otros frutos de cáscara, sésamo, sulfitos y/o derivados de los mismos.

### MODO DE EMPLEO:

Puede tomarse en cualquier momento del día.

### PESO NETO:

720 gramos (12 barritas de 60 g).

### ADVERTENCIAS:

Conservar en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz.

ANTES

DURANTE

DESPUÉS



PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:





CARBOHIDRATOS

CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNASSALES  
MINERALESPROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOSCONTROL  
DE PESO

SUPLEMENTOS

NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS**infisport**  
SCIENCE NUTRITION

Doble Chocolate



Limón

## PROTEIN TECH BAR

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                                       | 100 g                       | 60g                        |
|---------------------------------------|-----------------------------|----------------------------|
| <b>Valor energético</b>               | <b>1312 kJ<br/>314 kcal</b> | <b>787 kJ<br/>189 kcal</b> |
| Grasas<br>De las cuales:              | 8,1 g                       | 4,9 g                      |
| Ácidos grasos saturados               | 2,1 g                       | 1,3 g                      |
| Hidratos de carbono<br>De los cuales: | 15,1 g                      | 9 g                        |
| Azúcares                              | 4,9 g                       | 3 g                        |
| Polialcoholes                         | 9,5 g                       | 5,7 g                      |
| Fibra                                 | 22,1 g                      | 13,3 g                     |
| Proteínas                             | 38 g                        | 22,8 g                     |
| Sal                                   | 0,33 g                      | 0,20 g                     |
| <b>VITAMINAS:</b>                     |                             |                            |
| Tiamina (B1)                          | 0,28 mg (25% VRN*)          | 0,17 mg (15% VRN*)         |
| Vitamina B6                           | 0,35 mg (25% VRN*)          | 0,21 mg (15% VRN*)         |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes



# CONTROL DE PESO







CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

**infisport**  
SCIENCE NUTRITION



Fresa



Chocolate

## WEIGHT GAINER SECUENCIAL

WEIGHT GAINER SECUENCIAL es un complemento alimenticio en polvo a base de carbohidratos, proteínas y TCM para el incremento calórico

Complemento alimenticio en polvo con azúcar y edulcorante.

### INGREDIENTES:

Maltodextrina, isomaltulosa\* (Palatinose™), cacao en polvo desgrasado, **CASEINATO** cálcico, triglicéridos de cadena media (triglicéridos de cadena media, sirope de glucosa, proteína de la **LECHE**, estabilizante: fosfato de potasio, antiaglomerante: fosfato de calcio), concentrado de proteína de **SUERO LÁCTEO** (Lacprodan®, Arla Foods Ingredients Group P/s.) y emulgente: lecitina de **SOJA**, aislado de proteína de **SUERO** hidrolizado (OPTIPEP®) y emulgente: lecitina de **SOJA**, carbonato de magnesio, sulfato de manganeso, aroma, mezcla de vitaminas (ácido L-ascórbico, acetato de DL-alfa-tocoferilo, nicotinamida, acetato de retinilo, D-pantotenato cálcico, clorhidrato de piridoxina, riboflavina, clorhidrato de tiamina, ácido pteroilmonoglutámico, D-biotina, colecalférol, cianocobalamina), edulcorante: sucralosa, fumarato ferroso, sulfato de cinc.

\*La isomaltulosa es una fuente de glucosa y de fructosa.

### MODO DE EMPLEO:

Disolver tres medidas (60 g) en 250-400 ml de agua dos veces al día, fuera de las dos comidas principales del día. Contiene medidor.

### DOSIS RECOMENDADA:

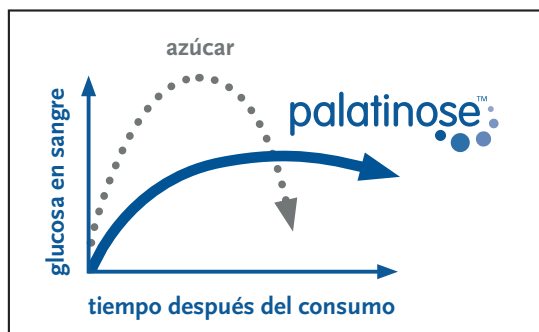
60-120 g/día.

### PESO NETO:

1,5 kg (25 servicios).

### ADVERTENCIAS:

Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada, variada y un modo de vida sano. No superar la dosis diaria recomendada.



PERIÓDICO



Optipep® palatinose™  
isomaltulose

PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:





CARBOHIDRATOS

CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNASSALES  
MINERALESPROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOSCONTROL  
DE PESO

SUPLEMENTOS

NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS infisport<sup>®</sup>  
SCIENCE NUTRITION

Fresa



Chocolate

## WEIGHT GAINER SECUENCIAL

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                         | 100 g                   | 60 g                   | 120 g                   |
|-------------------------|-------------------------|------------------------|-------------------------|
| <b>Valor energético</b> | <b>1633 kJ/387 kcal</b> | <b>980 kJ/232 kcal</b> | <b>1959 kJ/464 kcal</b> |
| Grasas                  | 5,5 g                   | 3,3 g                  | 6,7 g                   |
| De las cuales:          |                         |                        |                         |
| Ácidos grasos saturados | 4,8 g                   | 2,9 g                  | 5,8 g                   |
| Hidratos de Carbono     | 68 g                    | 41 g                   | 82 g                    |
| De los cuales:          |                         |                        |                         |
| Azúcares                | 18 g                    | 11 g                   | 23 g                    |
| Proteínas               | 13,7 g                  | 8,2 g                  | 16 g                    |
| Sal                     | 0,10 g                  | 0,06 g                 | 0,11 g                  |

### VITAMINAS:

|                        |                     |                    |                    |
|------------------------|---------------------|--------------------|--------------------|
| Vitamina A             | 533 µg (67% VRN*)   | 320 µg (40% VRN*)  | 640 µg (80% VRN*)  |
| Vitamina D             | 3,3 µg (66% VRN*)   | 2 µg (40% VRN*)    | 4 µg (80% VRN*)    |
| Vitamina E             | 8 mg (67% VRN*)     | 4,8 mg (40% VRN*)  | 9,6 mg (80% VRN*)  |
| Vitamina C             | 53 mg (66% VRN*)    | 32 mg (40% VRN*)   | 64 mg (80% VRN*)   |
| Tiamina (B1)           | 0,73 mg (67% VRN*)  | 0,44 mg (40% VRN*) | 0,88 mg (80% VRN*) |
| Riboflavina (B2)       | 0,93 mg (67% VRN*)  | 0,56 mg (40% VRN*) | 1,1 mg (80% VRN*)  |
| Niacina (B3)           | 10,7 mg (67% VRN*)  | 6,4 mg (40% VRN*)  | 13 mg (80% VRN*)   |
| Vitamina B6            | 0,93 mg (67% VRN*)  | 0,56 mg (40% VRN*) | 1,1 mg (80% VRN*)  |
| Ácido fólico (B9)      | 133,7 µg (67% VRN*) | 80 µg (40% VRN*)   | 160 µg (80% VRN*)  |
| Vitamina B12           | 1,67 µg (67% VRN*)  | 1 µg (40% VRN*)    | 2 µg (80% VRN*)    |
| Biotina (B8)           | 33 µg (66% VRN*)    | 20 µg (40% VRN*)   | 40 µg (80% VRN*)   |
| Ácido pantoténico (B5) | 4 mg (67% VRN*)     | 2,4 mg (40% VRN*)  | 4,8 mg (80% VRN*)  |

100 g

60 g

120 g

### MINERALES:

|           |                    |                    |                   |
|-----------|--------------------|--------------------|-------------------|
| Magnesio  | 157 mg (42% VRN*)  | 94,1 mg (25% VRN*) | 188 mg (50% VRN*) |
| Hierro    | 7,3 mg (52% VRN*)  | 4,4 mg (31% VRN*)  | 8,8 mg (63% VRN*) |
| Zinc      | 5 mg (50% VRN*)    | 3 mg (30% VRN*)    | 6,1 mg (61% VRN*) |
| Cobre     | 600 µg (60% VRN*)  | 360 µg (36% VRN*)  | 720 µg (72% VRN*) |
| Manganeso | 1,25 mg (63% VRN*) | 0,75 mg (38% VRN*) | 1,5 mg (75% VRN*) |

### Aminograma por servicio de producto

| Aminoácidos esenciales |        |        | Aminoácidos no esenciales |        |        |
|------------------------|--------|--------|---------------------------|--------|--------|
|                        | 60 g   | 120 g  |                           | 60 g   | 120 g  |
| Leucina                | 0,57 g | 1,14 g | Ácido glutámico           | 1,18 g | 2,36 g |
| Isoleucina             | 0,34 g | 0,68 g | Arginina                  | 0,18 g | 0,36 g |
| Valina                 | 0,39 g | 0,78 g | Ácido aspártico           | 0,49 g | 0,98 g |
| Lisina                 | 0,50 g | 1 g    | Serina                    | 0,34 g | 0,68 g |
| Fenilalanina           | 0,25 g | 0,50 g | Prolina                   | 0,53 g | 1,06 g |
| Treonina               | 0,31 g | 0,62 g | Alanina                   | 0,22 g | 0,44 g |
| Triptófano             | 0,08 g | 0,16 g | Glicina                   | 0,11 g | 0,22 g |
| Metionina              | 0,15 g | 0,30 g | Tirosina                  | 0,27 g | 0,54 g |
| Histidina              | 0,15 g | 0,30 g | Cisteína                  | 0,06 g | 0,12 g |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

**infisport**  
SCIENCE NUTRITION



Fresa



Chocolate

## WEIGHT GAINER SECUENCIAL

WEIGHT GAINER SECUENCIAL es un complemento alimenticio en polvo a base de carbohidratos, proteínas y TCM para el incremento calórico

Complemento alimenticio en polvo con azúcar y edulcorante.

### INGREDIENTES:

Maltodextrina, isomaltulosa\* (Palatinose™), **CASEINATO** cálcico, concentrado de proteína de **SUERO LÁCTEO** (Lacprodan®, Arla Foods Ingredients Group P/s.) y emulgente: lecitina de **SOJA**, triglicéridos de cadena media (triglicéridos de cadena media, sirope de glucosa, proteína de la **LECHE**, estabilizante: fosfato de potasio, antiaglomerante: fosfato de calcio), aislado de proteína de **SUERO** hidrolizado (OPTIPEP®) y emulgente: lecitina de **SOJA**, zumo concentrado de remolacha, aroma, carbonato de magnesio, sulfato de manganeso, mezcla de vitaminas (ácido L-ascórbico, acetato de DL-alfa-tocoferilo, nicotinamida, acetato de retinilo, D-pantotenato cálcico, clorhidrato de piridoxina, riboflavina, clorhidrato de tiamina, ácido pteroilmonoglutámico, D-biotina, colecalférol, cianocobalamina), sulfato cúprico, edulcorante sucralosa, fumarato ferroso, sulfato de cinc.

\*La isomaltulosa es una fuente de glucosa y de fructosa.

### MODO DE EMPLEO:

Disolver tres medidas (60 g) en 250-400 ml de agua dos veces al día, fuera de las comidas principales. Contiene medidor.

### DOSIS RECOMENDADA:

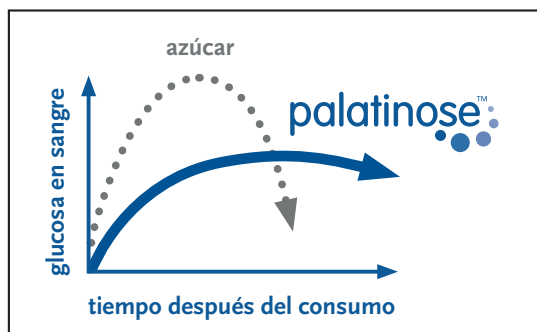
60-120 g/día.

### PESO NETO:

1,5 kg (25 servicios).

### ADVERTENCIAS:

Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada, variada y un modo de vida sano. No superar la dosis diaria recomendada.



PERIÓDICO



Optipep® palatinose™  
isomaltulose

PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:





CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS



Fresa



Chocolate

## WEIGHT GAINER SECUENCIAL

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                         | 100 g                   | 60 g                    | 120 g                   |
|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|
| <b>Valor energético</b> | <b>1677 kJ/395 kcal</b> | <b>1006 kJ/237 kcal</b> | <b>2012 kJ/475 kcal</b> |
| Grasas                  | 4,2 g                   | 2,5 g                   | 4,9 g                   |
| De las cuales:          |                         |                         |                         |
| Ácidos grasos saturados | 3,8 g                   | 2,3 g                   | 4,6 g                   |
| Hidratos de Carbono     | 75 g                    | 45 g                    | 89 g                    |
| De los cuales:          |                         |                         |                         |
| Azúcares                | 20 g                    | 12 g                    | 23 g                    |
| Proteínas               | 15,2 g                  | 9,1 g                   | 18 g                    |
| Sal                     | 0,12 g                  | 0,07 g                  | 0,13 g                  |
| <b>VITAMINAS:</b>       |                         |                         |                         |
| Vitamina A              | 533 µg (67% VRN*)       | 320 µg (40% VRN*)       | 640 µg (80% VRN*)       |
| Vitamina D              | 3,3 µg (66% VRN*)       | 2 µg (40% VRN*)         | 4 µg (80% VRN*)         |
| Vitamina E              | 8 mg (67% VRN*)         | 4,8 mg (40% VRN*)       | 9,6 mg (80% VRN*)       |
| Vitamina C              | 53 mg (66% VRN*)        | 32 mg (40% VRN*)        | 64 mg (80% VRN*)        |
| Tiamina (B1)            | 0,73 mg (67% VRN*)      | 0,44 mg (40% VRN*)      | 0,88 mg (80% VRN*)      |
| Riboflavina (B2)        | 0,93 mg (67% VRN*)      | 0,56 mg (40% VRN*)      | 1,1 mg (80% VRN*)       |
| Niacina (B3)            | 10,7 mg (67% VRN*)      | 6,4 mg (40% VRN*)       | 13 mg (80% VRN*)        |
| Vitamina B6             | 0,93 mg (67% VRN*)      | 0,56 mg (40% VRN*)      | 1,1 mg (80% VRN*)       |
| Ácido fólico (B9)       | 133,7 µg (67% VRN*)     | 80 µg (40% VRN*)        | 160 µg (80% VRN*)       |
| Vitamina B12            | 1,67 µg (67% VRN*)      | 1 µg (40% VRN*)         | 2 µg (80% VRN*)         |
| Biotina (B8)            | 33 µg (66% VRN*)        | 20 µg (40% VRN*)        | 40 µg (80% VRN*)        |
| Ácido pantoténico (B5)  | 4 mg (67% VRN*)         | 2,4 mg (40% VRN*)       | 4,8 mg (80% VRN*)       |

### MINERALES:

|           | 100 g              | 60 g               | 120 g             |
|-----------|--------------------|--------------------|-------------------|
| Magnesio  | 157 mg (42% VRN*)  | 94,1 mg (25% VRN*) | 188 mg (50% VRN*) |
| Hierro    | 7,3 mg (52% VRN*)  | 4,4 mg (31% VRN*)  | 8,8 mg (63% VRN*) |
| Zinc      | 5 mg (50% VRN*)    | 3 mg (30% VRN*)    | 6,1 mg (61% VRN*) |
| Cobre     | 500 µg (50% VRN*)  | 300 µg (30% VRN*)  | 600 µg (60% VRN*) |
| Manganeso | 1,25 mg (63% VRN*) | 0,75 mg (38% VRN*) | 1,5 mg (75% VRN*) |

### Aminograma por servicio de producto

| Aminoácidos esenciales |        |        | Aminoácidos no esenciales |        |        |
|------------------------|--------|--------|---------------------------|--------|--------|
|                        | 60 g   | 120 g  |                           | 60 g   | 120 g  |
| Leucina                | 0,83 g | 1,66 g | Ácido glutámico           | 1,74 g | 3,48 g |
| Isoleucina             | 0,50 g | 1 g    | Arginina                  | 0,27 g | 0,54 g |
| Valina                 | 0,57 g | 1,14 g | Ácido aspártico           | 0,72 g | 1,44 g |
| Lisina                 | 0,73 g | 1,46 g | Serina                    | 0,49 g | 0,98 g |
| Fenilalanina           | 0,38 g | 0,76 g | Prolina                   | 0,78 g | 1,56 g |
| Treonina               | 0,45 g | 0,90 g | Alanina                   | 0,33 g | 0,66 g |
| Triptófano             | 0,12 g | 0,24 g | Glicina                   | 0,16 g | 0,32 g |
| Metionina              | 0,23 g | 0,46 g | Tirosina                  | 0,40 g | 0,80 g |
| Histidina              | 0,22 g | 0,44 g | Cisteína                  | 0,09 g | 0,18 g |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

**infisport**  
SCIENCE NUTRITION

## WEIGHT CONTROL LIPO

Formulado para favorecer la pérdida de grasa

Weight Control Lipo es un Complemento Alimenticio en cápsula a base de extractos vegetales, cafeína, melatonina y Bifidobacterium lactis BPL1.

### INGREDIENTES:

**TOMA DE DÍA:** H2O Slim® (*extracto Agaricus bisporus*), extracto de café verde (*Coffea arabica*) aportando 45% ácido clorogenico y 1% de cafeína, extracto de té verde (*Camellia sinensis*) aportando 8% de cafeína, agente de recubrimiento (E-464, agua, E-171, E-172) cafeína anhidra natural, antiaglomerantes: estearato de magnesio y dióxido de silicio.

**TOMA DE NOCHE:** H2O Slim® (*extracto Agaricus bisporus*), agente de recubrimiento (E-464, agua, E-171, E-440, E-407), Bifidobacterium lactis BPL1®, agente de carga: celulosa microcristalina, antiaglomerantes (estearato de magnesio y dióxido de silicio), melatonina.

### MODO DE EMPLEO:

**TOMA DE DÍA:** Tomar una cápsula antes del desayuno y la comida. Cantidad diaria recomendada 2 cápsulas.

**TOMA DE NOCHE:** Tomar una cápsula antes de la cena. Cantidad diaria recomendada: 1 cápsula.

**PESO NETO:** 27,57 g

(30 cápsulas de 658,9 mg) **TOMA DE DÍA**

(15 cápsulas de 520 mg) **TOMA DE NOCHE**

Weight Control Lipo se presenta en estuches reciclables que contiene 45 cápsulas, divididas según sea toma de día (30 cápsulas) o noche (15 cápsulas).

### ADVERTENCIAS:

Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada, variada y un modo de vida sano. No superar la dosis diaria recomendada.

\* Contiene cafeína, no recomendado para niños ni mujeres embarazadas. Contenido en cafeína: 160 mg – 2 cápsulas.

El efecto beneficioso de la melatonina se obtiene con una ingesta de 1 mg de melatonina poco antes de irse a dormir.

PERIÓDICO



PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:

GMP

ISO 22000

ISO 9001





CARBOHIDRATOS

CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNASSALES  
MINERALESPROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOSCONTROL  
DE PESO

SUPLEMENTOS

NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS infisport<sup>®</sup>  
SCIENCE NUTRITION.

NEUTRO

## WEIGHT CONTROL LIPO

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

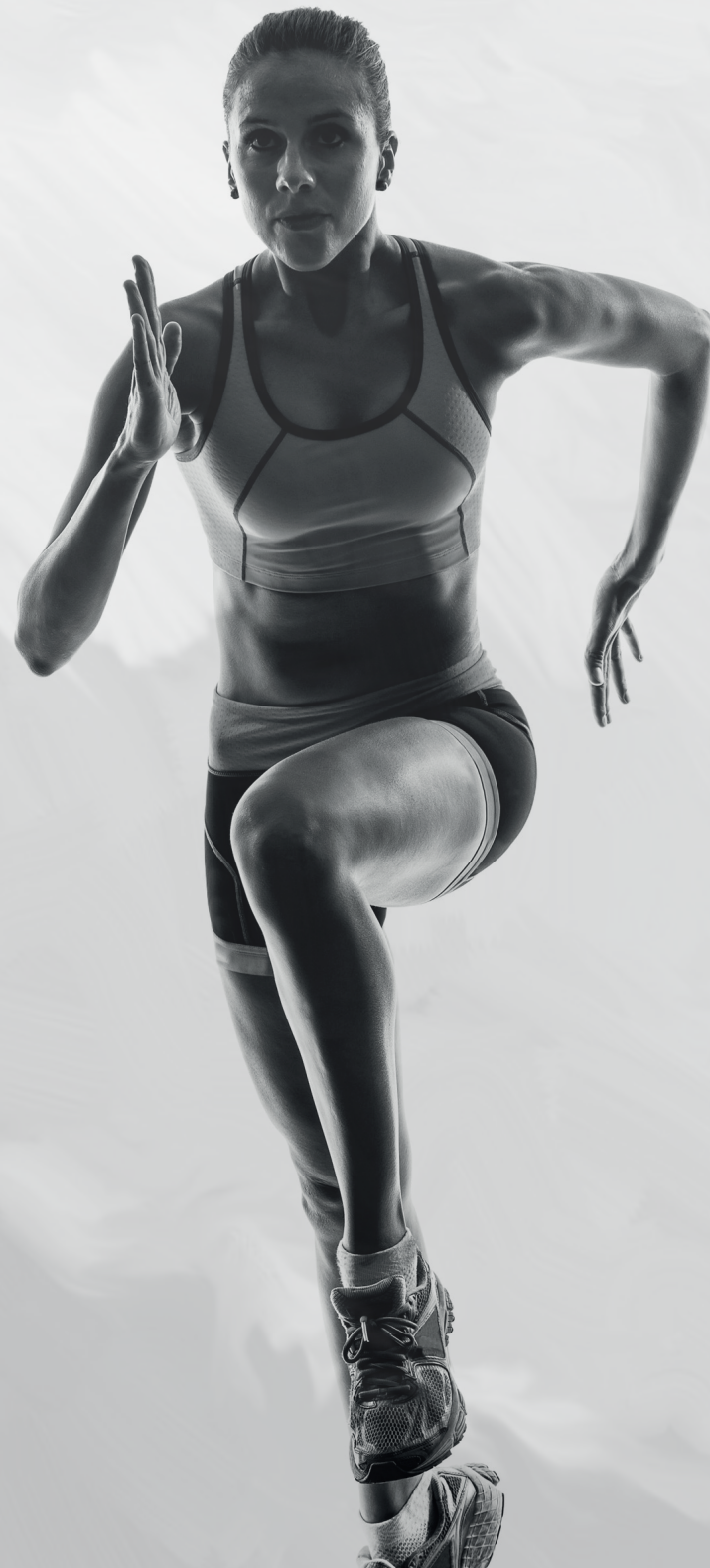
| TOMA DE DÍA                           | Por 2 cápsulas |
|---------------------------------------|----------------|
| H2O Slim (extracto Agaricus bisporus) | 400 mg         |
| Polisacáridos (95%)                   | 380 mg         |
| Extr. café verde (Coffea arabica)     | 260 mg         |
| - Ácido clorogenico (45%)             | 117 mg         |
| - Cafeína (1%)                        | 2,6 mg         |
| Extr. té verde (Camellia sinensis)    | 260 mg         |
| - Cafeína (8%)                        | 20,8 mg        |
| Cafeína anhidra natural               | 136,6 mg       |
| Cafeína Total                         | 160 mg         |

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

| TOMA DE NOCHE                                                       | Por cápsula |
|---------------------------------------------------------------------|-------------|
| H2O Slim (extracto Agaricus bisporus)                               | 200 mg      |
| - Polisacáridos (95%)                                               | 190 mg      |
| Bifidobacterium lactis BPL1 aportando 5 mil millones de cepas vivas | 100 mg      |
| Melatonina                                                          | 1 mg        |



# SUPLEMENTOS





CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

**infisport**  
SCIENCE NUTRITION



Cítrico

## CELLULAR Q10

Creatina mezclada con hidratos de carbono y antioxidantes.

CELLULAR Q10 combina carbohidratos de alto IG junto a creatina monohidrato, L-glutamina, taurina, coenzima Q10, vitaminas C, E, B1, B6 y Mg.

Complemento alimenticio en polvo a base de carbohidratos y creatina monohidrato.

### INGREDIENTES:

Dextrosa, creatina monohidrato (>99,9% de pureza) (Creapure®), aroma, acidulante: ácido cítrico, clorhidrato de piridoxina (vitamina B6), clorhidrato de tiamina (vitamina B1), L-glutamina (Kyowa Quality®), taurina, óxido de magnesio, ácido L-ascórbico (vitamina C), colorante: caroteno, coenzima Q10, acetato de DL-alfa-tocoferilo (vitamina E).

**DOSIS RECOMENDADA:** 30 g / día

### MODO DE EMPLEO:

Disolver dos medidas rasas del dosificador (30 g) en 200 ml de agua, tomarlo inmediatamente. Contiene medidor.

**PESO NETO:** 1 kg de polvo (33 servicios).

### ADVERTENCIAS:

Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada, variada y un modo de vida sano. No superar la dosis diaria recomendada.

PERIÓDICO



PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:





CARBOHIDRATOS

CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNASSALES  
MINERALESPROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOSCONTROL  
DE PESO

SUPLEMENTOS

NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS infisport<sup>®</sup>  
SCIENCE NUTRITION.

Cítrico

## CELLULAR Q10

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                         | 100 g                       | 30 g                      |
|-------------------------|-----------------------------|---------------------------|
| <b>Valor energético</b> | <b>1381 kJ<br/>325 kcal</b> | <b>414 kJ<br/>97 kcal</b> |
| Grasas                  | 0 g                         | 0 g                       |
| De las cuales:          |                             |                           |
| Ácidos grasos saturados | 0 g                         | 0 g                       |
| Hidratos de carbono     | 80 g                        | 24 g                      |
| De los cuales:          |                             |                           |
| Azúcares                | 76 g                        | 23 g                      |
| Proteínas               | 0,7 g                       | <0,5 g                    |
| Sal                     | 0,03 g                      | 0,01 g                    |
| <b>VITAMINAS:</b>       |                             |                           |
| Vitamina E              | 7 mg (58% VRN*)             | 2,1 mg (18% VRN*)         |
| Vitamina C              | 75 mg (94% VRN*)            | 22 mg (28% VRN*)          |
| Tiamina (B1)            | 0,55 mg (50% VRN*)          | 0,17 mg (15% VRN*)        |
| Vitamina B6             | 0,70 mg (50% VRN*)          | 0,21 mg (15% VRN*)        |
| <b>MINERALES:</b>       |                             |                           |
| Magnesio                | 200 mg (53% VRN*)           | 60,1 mg (16% VRN*)        |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes

|                          | 100 g  | 30 g   |
|--------------------------|--------|--------|
| <b>AMINOÁCIDOS:</b>      |        |        |
| L-Glutamina              | 670 mg | 201 mg |
| Taurina                  | 670 mg | 201 mg |
| <b>OTRAS SUSTANCIAS:</b> |        |        |
| Coenzima Q10             | 33 mg  | 10 mg  |
| Creatina Monohidrato     | 10 g   | 3 g    |



CARBOHIDRATOS

CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNASSALES  
MINERALESPROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOSCONTROL  
DE PESO

SUPLEMENTOS

NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS**infisport**  
SCIENCE NUTRITION

NEUTRO

Neutro

## CREATINE

Creatina monohidrato (>99,9% de pureza) (Creapure®), sin mezcla, ni sabor.

CREATINE (Creapure®) es una creatina monohidrato de alta pureza que favorece el aumento de los depósitos de fosfocreatina, ideal en esfuerzos interválicos y alta intensidad.

Complemento alimenticio en polvo a base de creatina monohidrato (Creapure®).

### INGREDIENTES:

Creatina monohidrato (>99,9% de pureza) (Creapure®).

### MODO DE EMPLEO:

Tomar 3 g al día directamente en la boca o disuelto en 100 ml de agua, beber inmediatamente. Contiene medidor.

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                                       | Por 100 g            | 3 g                  |
|---------------------------------------|----------------------|----------------------|
| <b>Valor energético</b>               | <b>0 kJ / 0 kcal</b> | <b>0 kJ / 0 kcal</b> |
| Grasas<br>De las cuales:              | 0 g                  | 0 g                  |
| Ácidos grasos saturados               | 0 g                  | 0 g                  |
| Hidratos de carbono<br>De los cuales: | 0 g                  | 0 g                  |
| Azúcares                              | 0 g                  | 0 g                  |
| Proteínas                             | 0 g                  | 0 g                  |
| Sal                                   | 0 g                  | 0 g                  |

### AMINOÁCIDOS:

|                      |       |     |
|----------------------|-------|-----|
| Creatina monohidrato | 100 g | 3 g |
|----------------------|-------|-----|

DOSIS RECOMENDADA: 3 g/día.

PESO NETO: 300 g polvo (100 servicios).

### ADVERTENCIAS:

Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada, variada y un modo de vida sano. No superar la dosis diaria recomendada.

PERIÓDICO



PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:







CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

**infisport**  
SCIENCE NUTRITION

NEUTRO

## L-QUID® CÁPSULAS

L-carnitina + extracto de té verde

L-QUID® cápsulas compuesto por L-carnitina y extracto de té verde rico en epigallocatequinas-3-gallato y cafeína, se presenta en envase de 150 cápsulas. Complemento alimenticio en cápsula a base de L-carnitina tartrato y te verde.

### INGREDIENTES:

L-carnitina tartrato (60%), extracto seco de te verde, agente de recubrimiento (hidroxipropilmetilcelulosa, agua, E171, E407, E440), agente de carga: celulosa microcristalina, antiaglomerantes: estearato de magnesio y dióxido silice.

### DOSIS RECOMENDADA: 4-12 cápsulas / día

### MODO DE EMPLEO:

Tomar 4 cápsulas 15 minutos antes del entrenamiento, o bien al inicio de las principales comidas del día.

### PESO NETO:

104,25 g (150 cápsulas de 695 mg).

L-quick® se presenta en envase expositor que contiene 150 cápsulas de 695 mg cada una.

### ADVERTENCIAS:

Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada, variada y un modo de vida sano. No superar la dosis diaria recomendada.

\* Contiene cafeína, no recomendado para niños o mujeres embarazadas. Contenido en cafeína: 12 cápsulas, 60 mg.

PERIÓDICO



PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:

GMP

ISO 22000

ISO 9001



CARBOHIDRATOS

CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNASSALES  
MINERALESPROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOSCONTROL  
DE PESO

SUPLEMENTOS

NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS infisport<sup>®</sup>  
SCIENCE NUTRITION.

NEUTRO

# L-QUID<sup>®</sup> CÁPSULAS

## INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                                       | Por 100 g           | Cantidad por dosis diaria |                   |
|---------------------------------------|---------------------|---------------------------|-------------------|
|                                       |                     | 4 Cápsulas                | 12 Cápsulas       |
| Valor energético                      | 1747 kJ<br>412 kcal | 49 kJ<br>11 kcal          | 146 kJ<br>34 kcal |
| Grasas<br>De las cuales:              | 3,9 g               | 0,11 g                    | 0,33 g            |
| Ácidos grasos saturados               | 2,3 g               | 0,06 g                    | 0,19 g            |
| Hidratos de carbono<br>De los cuales: | 63,5 g              | 1,77 g                    | 5,30 g            |
| Azúcares                              | 2,4 g               | 0,07 g                    | 0,20 g            |
| Proteínas                             | 30,8 g              | 0,86 g                    | 2,57 g            |
| Sal                                   | 0,23 mg             | 0,006 g                   | 0,019 g           |

## OTRAS SUSTANCIAS:

|                                  |          |         |         |
|----------------------------------|----------|---------|---------|
| L-Carnitina L-tartrato           | 60432 mg | 1680 mg | 5040 mg |
| - L- Carnitina                   | 40504 mg | 1126 mg | 3377 mg |
| Ext. de té verde                 | 14388 mg | 400 mg  | 1200 mg |
| - Cafeína                        | 719 mg   | 20 mg   | 60 mg   |
| - Epigallocatequina - 3 - galato | 5755 mg  | 160 mg  | 480 mg  |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

**infisport**  
SCIENCE NUTRITION

COLA

Cola

## L-CARNITINE 2.0

L-Carnitina (Carnipure®) + colina en formato líquido.

L-CARNITINE 2.0 compuesta por l-carnitina (carnipure®) y colina bitartrato en sabor cola, se presenta en estuche de 12 sobres.

### INGREDIENTES:

Agua, L-carnitina (100% Carnipure®), acidulante: ácido cítrico, colina bitartrato, espesante: goma xantana, conservantes: benzoato sódico, sorbato potásico, colorante: caramelo, edulcorante: sucralosa, aroma.

### MODO DE EMPLEO:

Tomar un sobre de 2 a 3 horas antes de la práctica deportiva y otro justo al comienzo.

### PESO NETO:

480 g (12 sobres de 40 g)

L-Carnitine 2.0 se presenta en envase expositor que contiene 12 sobres de 40 g.

### ADVERTENCIAS:

Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada, variada y un modo de vida sano. No superar la dosis diaria recomendada.

PERIÓDICO



Carnipure®

PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:

GMP

ISO 22000

ISO 9001



CARBOHIDRATOS

CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNASSALES  
MINERALESPROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOSCONTROL  
DE PESO

SUPLEMENTOS

NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS infisport<sup>®</sup>  
SCIENCE NUTRITION

COLA

Cola

## L-CARNITINE 2.0

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                                       | Por 100 g           | 1 Sobre (40 g)   | 2 Sobres (80 g)  |
|---------------------------------------|---------------------|------------------|------------------|
| Valor energético                      | 116 kJ<br>27,2 kcal | 46 kJ<br>11 kcal | 93 kJ<br>22 kcal |
| Grasas<br>De las cuales:              | < 0,5 g             | < 0,5 g          | < 0,5 g          |
| Ácidos grasos saturados               | < 0,5 g             | < 0,5 g          | < 0,5 g          |
| Hidratos de carbono<br>De los cuales: | 4,1 g               | 1,6 g            | 3,3 g            |
| Azúcares                              | <1 g                | <1 g             | <1 g             |
| Proteínas                             | 2,67 g              | 1,1 g            | 2,2 g            |
| Sal                                   | 0,09 g              | 0,036 g          | 0,072 g          |

### OTRAS SUSTANCIAS:

|                          |          |         |         |
|--------------------------|----------|---------|---------|
| L-Carnitina (Carnipure®) | 5000 mg  | 2000 mg | 4000 mg |
| Colina bitartrato        | 517 mg   | 207 mg  | 414 mg  |
| - Colina                 | 206,3 mg | 82,5 mg | 165 mg  |



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

**infisport**  
SCIENCE NUTRITION

NEUTRO

## VITAMIN

Aporta las vitaminas y minerales necesarias para la práctica deportiva.

VITAMIN aporta vitaminas, minerales y oligoelementos más Bioperine® (*Piper nigrum*) en comprimido, ideal para cualquier modalidad deportiva. Complemento alimenticio en comprimidos a base de vitaminas y minerales.

### INGREDIENTES:

Agente de carga: celulosa microcristalina, hidróxido de magnesio, fosfato bicalcico, ácido L-ascorbico (vitamina C), hierro fumarato, zinc sulfato, d-alfa tocoferol acetato (vitamina E), agente de recubrimiento (E464, E1521, E553b, E171), nicotinamida (vitamina B3), antiaglomerante: estearato de magnesio, pantotenato calcico (vitamina B5), cobre gluconato, manganeso sulfato, antiaglomerante: dióxido de silicio, extracto pimentero negro (Bioperine®) (Piper nigrum, fruto), piridoxina clorhidrato (vitamina B6), riboflavina (vitamina B2), tiamina clorhidrato (vitamina B1), retinol acetato (vitamina A), cromo picolinato, ácido fólico (vitamina B9), yoduro potásico, selenito sódico, amonio molibdato, biotina (vitamina B8), colecalciferol (vitamina D), cianocobalamina (vitamina B12).

**DOSIS RECOMENDADA:** 1 comprimido / día

### MODO DE EMPLEO:

Tomar 1 comprimido al día en medio o al final del desayuno o la comida.

### PESO NETO:

39,6 g (30 comprimidos de 1320 mg)

Vitamin con micronutrientes se presenta en un envase con 30 comprimidos recubiertos sin aromas, edulcorantes, gluten, fructosa y lactosa.

### ADVERTENCIAS:

Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada, variada y un modo de vida sano. No superar la dosis diaria recomendada. Con el tiempo el producto puede presentar ligeras variaciones de color que no afectan a su calidad.

PERIÓDICO



PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:

GMP

ISO 22000

ISO 9001





CARBOHIDRATOS

CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNASSALES  
MINERALESPROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOSCONTROL  
DE PESO

SUPLEMENTOS

NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS**infisport**  
SCIENCE NUTRITION

NEUTRO

## VITAMIN

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                        | Por 100 g                  | Comprimido             |
|------------------------|----------------------------|------------------------|
| <b>VITAMINAS:</b>      |                            |                        |
| Vitamina A             | 80000 µg RE (10000% VRN*)  | 800 µg RE (100% VRN*)  |
| Vitamina D             | 500 µg (10000% VRN*)       | 5 µg (100% VRN*)       |
| Vitamina E             | 1200 mg α-TE (10000% VRN*) | 12 mg α-TE (100% VRN*) |
| Vitamina C             | 8000 mg (10000% VRN*)      | 80 mg (100% VRN*)      |
| Tiamina (B1)           | 110mg (10000% VRN*)        | 1,1 mg (100% VRN*)     |
| Riboflavina (B2)       | 140 mg (10000% VRN*)       | 1,4 mg (100% VRN*)     |
| Niacina (B3)           | 1600 mg NE (10000% VRN*)   | 16 mg NE (100% VRN*)   |
| Vitamina B6            | 140 mg (10000% VRN*)       | 1,4 mg (100% VRN*)     |
| Ácido fólico           | 20000 µg (10000% VRN*)     | 200 µg (100% VRN*)     |
| Vitamina B12           | 250 µg (10000% VRN*)       | 2,5 µg (100% VRN*)     |
| Biotina (B8)           | 5000 µg (10000% VRN*)      | 50 µg (100% VRN*)      |
| Ácido pantoténico (B5) | 600 mg (10000% VRN*)       | 6 mg (100% VRN*)       |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes

|                   | Por 100 g               | Cantidad por dosis diaria<br>(1 comprimido) |
|-------------------|-------------------------|---------------------------------------------|
| <b>MINERALES:</b> |                         |                                             |
| Magnesio          | 9300 mg (2480% VRN*)    | 93 mg (24,8% VRN*)                          |
| Hierro            | 1400 mg (10000% VRN*)   | 14 mg (100% VRN*)                           |
| Zinc              | 1000 mg (10000% VRN*)   | 10 mg (100% VRN*)                           |
| Cobre             | 100000 µg (10000% VRN*) | 1000 µg (100% VRN*)                         |
| Manganeso         | 179 mg (8950% VRN*)     | 1,79 mg (89,5% VRN*)                        |
| Selenio           | 5500 µg (10000% VRN*)   | 55 µg (100% VRN*)                           |
| Cromo             | 4000 µg (10000% VRN*)   | 40 µg (100% VRN*)                           |
| Molibdeno         | 4180 µg (10000% VRN*)   | 41,8 µg (100% VRN*)                         |
| Yodo              | 15000 µg (10000% VRN*)  | 150 µg (100% VRN*)                          |

### OTRAS SUSTANCIAS:

|                                                                  |        |         |
|------------------------------------------------------------------|--------|---------|
| Extracto pimentero negro<br>(Bioperine®) ( <i>Piper nigrum</i> ) | 500 mg | 5 mg    |
| - Piperina (95%)                                                 | 475 mg | 4,75 mg |



CARBOHIDRATOS

CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNASSALES  
MINERALESPROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOSCONTROL  
DE PESO

SUPLEMENTOS

NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS**infisport**  
SCIENCE NUTRITION

NEUTRO

## BETA-ALANINA

Beta Alanina (&gt;98% de pureza) + vitamina B6.

I Formulado para favorecer el retraso de la acidez muscular.

I Complemento alimenticio en cápsula a base de beta alanina y vitamina B6.

### INGREDIENTES:

Beta alanina, agente de recubrimiento (hidroxipropilmetilcelulosa, agua, E171, E407, E440), antiaglomerante: estearato de magnesio y dióxido silice, piridoxina clorhidrato (vitamina B6).

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                         | 100 g                     | 8 cápsulas             |
|-------------------------|---------------------------|------------------------|
| <b>Valor energético</b> | <b>1675 kJ / 394 kcal</b> | <b>82 kJ / 19 kcal</b> |
| Grasas                  | <0,5 g                    | <0,5 g                 |
| De las cuales:          |                           |                        |
| Ácidos grasos saturados | <0,1 g                    | <0,1 g                 |
| Hidratos de carbono     | <0,5 g                    | <0,5 g                 |
| De los cuales:          |                           |                        |
| Azúcares                | <0,5 g                    | <0,5 g                 |
| Proteínas               | 98,5 g                    | 4,8 g                  |
| Sal                     | 0,23 g                    | 0,01 g                 |
| <b>VITAMINAS:</b>       |                           |                        |
| Vitamina B6             | 28,68 mg (2049% VRN*)     | 1,4 mg (100% VRN*)     |
| <b>AMINOÁCIDOS:</b>     |                           |                        |
| Beta-Alanina            | 81,94 g                   | 4 g                    |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes

I **DOSIS RECOMENDADA:** 8 cápsulas / día.

### MODO DE EMPLEO:

Tomar 2 cápsulas 4 veces al día, preferentemente junto a las comidas.

### PESO NETO:

91,53 g (150 cápsulas de 610,213 mg).

### ADVERTENCIAS:

Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada, variada y un modo de vida sano. No superar la dosis diaria recomendada.

PERIÓDICO



PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:

GMP

ISO 22000

ISO 9001



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

**infisport**  
SCIENCE NUTRITION



Naranja

## EXPLIVAR<sup>®</sup>

Complemento alimenticio a base de *Polypodium leucotomos* (EXPLY 37<sup>®</sup>).

EXPLIVAR<sup>®</sup> stick es un complemento alimenticio para disolver en agua a base de *Polypodium leucotomos* (EXPLY 37<sup>®</sup>) variedad *Phlebodium decumanum*.

### INGREDIENTES:

Maltodextrina, extracto atomizado de *Polypodium leucotomos* (EXPLY 37<sup>®</sup>) parte aérea (frondes), aroma natural de naranja, antiaglomerante: dióxido sílice, edulcorante: sucralosa y glucósidos de esteviol, colorante: betacaroteno.

### DOSIS RECOMENDADA: 1-2 sticks / día

### MODO DE EMPLEO:

1 stick en desayuno y/o cena disuelto en 150 ml de agua.

### PESO NETO:

97,50 g (15 sticks de 6,5 g).

### ADVERTENCIAS:

Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada, variada y un modo de vida sano. No superar la dosis diaria recomendada.

### DOSIS RECOMENDADA:

**En periodos de entrenamientos intensos y/o competiciones**, tomar 1 sobre antes del desayuno y la cena durante las 4, 6 u 8 semanas que dure el periodo.

**En competiciones de 1 día**, uno o dos días antes y uno o dos días después, tomar 1 sobre al inicio del desayuno y 1 al inicio de la cena. El día de la competición, tomar 1 sobre antes del desayuno, 1 durante la prueba o inmediatamente después y 1 antes de la cena.

**Mantenimiento**, tomar 1 sobre al inicio del desayuno o al inicio de la cena.

Contenido por dosis diaria: Extracto biotipado y quimiotipado de *Polypodium leucotomos* (EXPLY 37<sup>®</sup>) con un contenido estandarizado de 400-800 mg diarios.

### PERIÓDICO



PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:

GMP

ISO 22000

ISO 9001



CARBOHIDRATOS

CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNASSALES  
MINERALESPROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOSCONTROL  
DE PESO

SUPLEMENTOS

NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS **infisport**  
SCIENCE NUTRITION

Naranja

## EXPLIVAR<sup>®</sup>

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                                       | Por 100 g                   | 1 Stick                   | 2 Sticks                  |
|---------------------------------------|-----------------------------|---------------------------|---------------------------|
| <b>Valor energético</b>               | <b>1574 kJ<br/>370 kcal</b> | <b>102 kJ<br/>24 kcal</b> | <b>205 kJ<br/>48 kcal</b> |
| Grasas<br>De las cuales:              | <0,5 g                      | <0,5 g                    | <0,5 g                    |
| Ácidos grasos saturados               | <0,1 g                      | <0,1 g                    | <0,1 g                    |
| Hidratos de carbono<br>De los cuales: | 92 g                        | 6 g                       | 12 g                      |
| Azúcares                              | 1,7 g                       | 0,11 g                    | 0,22 g                    |
| Proteínas                             | 0,6 g                       | 0,039 g                   | 0,078 g                   |
| Sal                                   | 0,07 g                      | 0,005 g                   | 0,009 g                   |

### Extracto vegetal:

|                                                          |         |        |        |
|----------------------------------------------------------|---------|--------|--------|
| <i>Polypodium leucotomos</i><br>(EXPLY 37 <sup>®</sup> ) | 6154 mg | 400 mg | 800 mg |
|----------------------------------------------------------|---------|--------|--------|



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

**infisport**  
SCIENCE NUTRITION

NEUTRO

## HMB comprimidos

HMB con Vitamina B6.

HMB es un complemento alimenticio a base de  $\beta$ -hidroxi- $\beta$ -metilbutirato, metabolito del aminoácido esencial L-Leucina, y vitamina B6.

### INGREDIENTES:

$\beta$ -hidroxi- $\beta$ -metilbutirato cálcico, agente de carga: celulosa microcristalina, antiaglomerante (estearato magnesio y talco), piridoxina clorhidrato (vitamina B6).

**DOSIS RECOMENDADA:** 3 comprimidos/día

### MODO DE EMPLEO:

Tomar 3 comprimidos diarios (3 g HMB) con 200 ml de agua entre 1-2 horas antes de iniciar el ejercicio

### PESO NETO:

135 gramos (90 comprimidos de 1,5 g).

### ADVERTENCIAS:

Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada, variada y un modo de vida sano. No superar la dosis diaria recomendada.

PERIÓDICO



PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:

FDA

GMP

ISO 22000





CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

**infisport**  
SCIENCE NUTRITION

NEUTRO

## HMB comprimidos

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|             | Por 100 g             | 1 Comprimido       | 3 Comprimidos       |
|-------------|-----------------------|--------------------|---------------------|
| VITAMINA:   |                       |                    |                     |
| Vitamina B6 | 31,11 mg (2222% VRN*) | 0,47 mg (33% VRN*) | 1,40 mg (100% VRN*) |

### OTRAS SUSTANCIAS:

|                                               |          |         |         |
|-----------------------------------------------|----------|---------|---------|
| HMB Ca<br>(β-hidroxi-β-metilbutirato cálcico) | 70133 mg | 1052 mg | 3156 mg |
| - HMB                                         | 66667 mg | 1000 mg | 3000 mg |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

**infisport**  
SCIENCE NUTRITION

NEUTRO

## ACTIVE

Formulado para el cuidado de las articulaciones.

ACTIVE ofrece una formulación integral gracias al aporte de mucopolisacáridos, metilsulfonilmetano (MSM), extractos vegetales, silicio orgánico, vitamina E y C. Complemento alimenticio en cápsula a base de mucopolisacáridos, MSM, extractos vegetales, vitamina E y C.

### INGREDIENTES:

**D-Glucosamina sulfato potásica (crustáceo y derivados de crustáceos)**, metilsulfonilmetano (MSM), cápsula (gelatina, agua, E-172, E-171), **condroitina sulfato (pescado y derivados de pescado)**, agente de carga: celulosa microcristalina, ácido hialurónico sódico, ácido L-ascorbico (vitamina C), extracto seco bambú (*Bambousa arundinacea*, tallo), extracto seco de cúrcuma (*Curcuma longa*, rizoma), d-alfa tocoferol acetato (vitamina E), antiaglomerantes: estearato magnesio y dióxido de silice, extracto de pimienta negra (*Piper nigrum*, fruto).

### DOSIS RECOMENDADA:

4 cápsulas / día.

### MODO DE EMPLEO:

Tomar 4 cápsulas/día agrupadas en dos tomas con el desayuno y la comida o la cena.

### PESO NETO:

37,2 g (60 cápsulas de 620 mg).

ACTIVE se presenta en estuches que contienen 60 cápsulas de 620 mg cada una (cuatro blisters de 15 cápsulas que protegen mejor sus principios activos).

### ADVERTENCIAS:

Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada, variada y un modo de vida sano. No superar la dosis diaria recomendada.

PERIÓDICO



PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:

GMP

ISO 22000

ISO 9001



CARBOHIDRATOS

CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNASSALES  
MINERALESPROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOSCONTROL  
DE PESO

SUPLEMENTOS

NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS **infisport**  
SCIENCE NUTRITION

NEUTRO

## ACTIVE

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|            | Por 2 cápsulas   | Por 4 cápsulas    |
|------------|------------------|-------------------|
| Vitamina E | 6 mg (50% VRN*)  | 12 mg (100% VRN*) |
| Vitamina C | 40 mg (50% VRN*) | 80 mg (100% VRN*) |

### OTRAS SUSTANCIAS:

|                                                        |         |         |
|--------------------------------------------------------|---------|---------|
| Glucosamina sulfato<br>potásico                        | 250 mg  | 500 mg  |
| Metilsulfonilmetano (MSM)                              | 250 mg  | 500 mg  |
| Condroitina sulfato                                    | 200 mg  | 400 mg  |
| Ácido hialurónico sódico                               | 40 mg   | 80 mg   |
| Extracto seco bambú<br>( <i>Bambousa arundinacea</i> ) | 30 mg   | 60 mg   |
| - Silicio orgánico (70%)                               | 21 mg   | 42 mg   |
| Extracto seco cúrcuma<br>( <i>Curcuma longa</i> )      | 23,7 mg | 47,5 mg |
| - Curcumina (40%)                                      | 9,5 mg  | 19 mg   |
| Extracto de pimienta negra<br>( <i>Piper nigrum</i> )  | 3 mg    | 6 mg    |
| - Piperina (95%)                                       | 2,85 mg | 5,7 mg  |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes



CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

**infisport**  
SCIENCE NUTRITION

NEUTRO

## FE HIERRO LIPOSOMADO

Fe HIERRO LIPOSOMADO Complemento alimenticio a base de hierro y vitaminas.

### INGREDIENTES:

Pirofosfato férrico liposomado, agente de recubrimiento (hidroxipropilmetilcelulosa, agua, E171, E407, E440), ácido l-ascórbico (vitamina C), agente de carga: celulosa, antiaglomerantes: dióxido de silicio, estearato de magnesio, piridoxina clorhidrato (vitamina B6), ácido fólico (vitamina B9), cianocobalamina (vitamina B12).

**DOSIS RECOMENDADA:** 1 cápsula / día

### MODO DE EMPLEO:

1 cápsula diaria ingerida con un vaso de agua (200 ml) una hora antes o dos horas después de las comidas.

### PESO NETO:

35,4 g (60 cápsulas de 590 mg)

### ADVERTENCIAS:

Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada, variada y un modo de vida sano. No superar la dosis diaria recomendada. Con el tiempo el producto puede presentar ligeras variaciones de color que no afectan a su calidad.

PERIÓDICO



PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:

GMP

ISO 22000

ISO 9001



CARBOHIDRATOS

CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNASSALES  
MINERALESPROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOSCONTROL  
DE PESO

SUPLEMENTOS

NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS**infisport**  
SCIENCE NUTRITION

NEUTRO

## FE HIERRO LIPOSOMADO

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                                       | Por 100 g                   | 1 cápsula              |
|---------------------------------------|-----------------------------|------------------------|
| <b>Valor energético</b>               | <b>1025 kJ<br/>284 kcal</b> | <b>7 kJ<br/>2 kcal</b> |
| Grasas<br>De las cuales:              | <0,5 g                      | <0,5 g                 |
| Ácidos grasos saturados               | <0,1 g                      | <0,1 g                 |
| Hidratos de carbono<br>De los cuales: | 68,4 g                      | 0,4 g                  |
| Azúcares                              | 3,2 g                       | <0,1 g                 |
| Proteínas                             | 0,8 g                       | <0,1 g                 |
| Sal                                   | 1,68 g                      | 0,01 g                 |
| <b>VITAMINAS:</b>                     |                             |                        |
| Vitamina C                            | 13559 mg (16949% VRN*)      | 80 mg (100% VRN*)      |
| Vitamina B6                           | 237 mg (16929% VRN*)        | 1,4 mg (100% VRN*)     |
| Ácido fólico (B9)                     | 33898 µg (16949% VRN*)      | 200 µg (100% VRN*)     |
| Vitamina B12                          | 424 µg (16960% VRN*)        | 2,5 µg (100% VRN*)     |
| <b>MINERALES:</b>                     |                             |                        |
| Hierro                                | 4746 mg (33900% VRN*)       | 28 mg (200% VRN*)      |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes





CARBOHIDRATOS

CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNASSALES  
MINERALESPROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOSCONTROL  
DE PESO

SUPLEMENTOS

NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS**infisport**  
SCIENCE NUTRITION

Limón

## MG MAGNESIO CITRATO

Magnesio altamente biodisponible, manganeso y vitamina B1

Mg Magnesio Citrato es un gel ergonómico formulado a base de magnesio altamente biodisponible (magnesio citrato), manganeso y vitamina B1, aportando el 100% VRN. Complemento alimenticio con edulcorante en gel a base de magnesio, manganeso y vitamina B1.

### INGREDIENTES:

Agua, magnesio citrato, zumo de limón (*Citrus limón* (L.) Osbeck) a base de concentrado (0,5%), espesante: goma xantana, conservadores: benzoato sódico, sorbato potásico, aroma de limón, edulcorante: sucralosa, manganeso sulfato, colorante: betacaroteno, tiamina clorhidrato (vitamina B1).

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

|                         | Por 100 g            | Por sobre 40 g      |
|-------------------------|----------------------|---------------------|
| <b>Valor energético</b> | 121 kJ / 28,5 kcal   | 48,4 kJ / 11,4 kcal |
| Grasas                  | 0 g                  | 0 g                 |
| De las cuales:          |                      |                     |
| Ácidos grasos saturados | 0 g                  | 0 g                 |
| Hidratos de carbono     | 7,12 g               | 2,85 g              |
| De los cuales:          |                      |                     |
| Azúcares                | 0 g                  | 0 g                 |
| Proteínas               | 0 g                  | 0 g                 |
| Sal                     | 55 mg                | 22 mg               |
| <b>VITAMINAS:</b>       |                      |                     |
| Vitamina B1             | 2,75 mg (250% VRN*)  | 1,1 mg (100% VRN*)  |
| <b>MINERALES:</b>       |                      |                     |
| Magnesio                | 937,5 mg (250% VRN*) | 375 mg (100% VRN*)  |
| Manganeso               | 5 mg (250% VRN*)     | 2 mg (100% VRN*)    |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes

### MODO DE EMPLEO:

Tomar un sobre (antes/durante/después) la práctica deportiva.

### DOSIS RECOMENDADA:

1 sobre de 40 g / día.

### PESO NETO:

480 g (12 sobres de 40 g) (12 dosis).

Mg Citrato se presenta en displays de 12 sobres reciclables altamente ergonómicos con delicioso sabor a limón y 40 g de contenido.

### ADVERTENCIAS:

Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar en un lugar fresco, seco y al abrigo de la luz. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada, variada y un modo de vida sano. No superar la dosis diaria recomendada.

**PERIÓDICO**

PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:

GMP

ISO 22000

ISO 9001



# NIÑOS Y JÓVENES DEPORTISTAS





CARBOHIDRATOS



CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNAS



SALES  
MINERALES



PROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOS



CONTROL  
DE PESO



SUPLEMENTOS



NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS

**infisport**  
SCIENCE NUTRITION



Chocolate

## BRYO

Alimento enriquecido para niños y jóvenes deportistas.

Alimento en polvo enriquecido en vitaminas A, D, E, C, B1, B2 B3, B6, B9, B12, B8, B5, potasio, calcio, fosforo, magnesio, hierro, zinc, cobre, manganeso y yodo.

### INGREDIENTES:

Fructosa, maltodextrina, cacao en polvo desgrasado (15%), proteína de la **leche** (concentrado de proteína de **suero lacteo** (Lacprodan®, Arla Foods Ingredients Group P/s) y emulgente: lecitina de **soja**), inulina, aislado de proteína de **soja** (aislado de proteína de **soja**, emulgente: lecitina de **soja** y agentes con **sulfitos**), lecitina de **soja**, fosfato bicálcico, carbonato de magnesio, mezcla de vitaminas (ácido L-ascórbico (vitamina C), acetato de DL-alfa-tocoferilo (vitamina E), nicotinamida (vitamina B3), acetato de retinilo (vitamina A), D-pantotenato cálcico (vitamina B5), clorhidrato de piridoxina (vitamina B6), riboflavina (vitamina B2), clorhidrato de tiamina (vitamina B1), ácido pteroilmonoglutámico (vitamina B9), D-biotina (vitamina B8), colecalciferol (vitamina D), cianocobalamina (vitamina B12)), yoduro de potasio, semilla de lino en polvo (Linum usitatissimum), aroma de vainilla, fluoruro de sodio, jalea real liofilizada, fumarato ferroso, sulfato de cinc, sulfato de manganeso, sulfato cúprico.

### MODO DE EMPLEO:

Disolver una medida (20 g) en un vaso de leche semidesnatada (200 ml).

**Conservación:** Una vez abierto el envase, cerrarlo herméticamente y conservar en lugar fresco y seco.

**PESO NETO:** 750 g polvo.

### ADVERTENCIAS:

**Conservación:** Una vez abierto el envase, cerrarlo herméticamente y conservar en lugar fresco y seco.

DESAYUNO

MERIENDA



PRODUCTO FABRICADO CON PROVEEDOR  
CERTIFICADO EN LAS NORMATIVAS:

GMP

IFS



CARBOHIDRATOS

CARBOHIDRATOS  
+ PROTEÍNASSALES  
MINERALESPROTEÍNAS Y  
AMINOÁCIDOSCONTROL  
DE PESO

SUPLEMENTOS

NIÑOS Y JÓVENES  
DEPORTISTAS**infisport**  
SCIENCE NUTRITION

Chocolate

**BRYO****INFORMACIÓN  
NUTRICIONAL:**

|                         | 100 g                   | Por toma<br>Bryo (20g) + 200 ml leche semidesnatada |
|-------------------------|-------------------------|-----------------------------------------------------|
| <b>Valor energético</b> | <b>1547 kJ/366 kcal</b> | <b>707 kJ/168 kcal</b>                              |
| Grasas                  | 3,6 g                   | 3,9 g                                               |
| De las cuales:          |                         |                                                     |
| Ácidos grasos saturados | 1,8 g                   | 2,6 g                                               |
| Hidratos de Carbono     | 65 g                    | 23 g                                                |
| De los cuales:          |                         |                                                     |
| Azúcares                | 47 g                    | 9 g                                                 |
| Fibra                   | 7,9 g                   | 1,6 g                                               |
| Proteína                | 14 g                    | 10 g                                                |
| Sal                     | 0,17 g                  | 0,034 g                                             |
| <b>VITAMINAS:</b>       |                         |                                                     |
| Vitamina A              | 801 µg (100% VRN*)      | 198 µg (25% VRN*)                                   |
| Vitamina D              | 5,3 µg (106% VRN*)      | 1,1 µg (22% VRN*)                                   |
| Vitamina E              | 12 mg (100% VRN*)       | 2,48 mg (21% VRN*)                                  |
| Vitamina C              | 80 mg (100% VRN*)       | 17 mg (21% VRN*)                                    |
| Tiamina (B1)            | 1,1 mg (100% VRN*)      | 0,3 mg (27% VRN*)                                   |
| Riboflavina (B2)        | 1,4 mg (100% VRN*)      | 0,66 mg (47% VRN*)                                  |
| Niacina (B3)            | 17 mg (106% VRN*)       | 4,82 mg (30% VRN*)                                  |
| Vitamina B6             | 1,4 mg (100% VRN*)      | 0,4 mg (29% VRN*)                                   |
| Ácido fólico (B9)       | 201 µg (101% VRN*)      | 45,6 µg (23% VRN*)                                  |
| Vitamina B12            | 2,5 µg (100% VRN*)      | 1,1 µg (44% VRN*)                                   |
| Biotina (B8)            | 51 µg (102% VRN*)       | 10,2 µg (20% VRN*)                                  |
| Ácido pantoténico (B5)  | 6,1 mg (102% VRN*)      | 1,22 mg (20% VRN*)                                  |

|                   | 100 g              | Por toma<br>Bryo (20g) + 200 ml<br>leche semidesnatada |
|-------------------|--------------------|--------------------------------------------------------|
| <b>MINERALES:</b> |                    |                                                        |
| Potasio           | 561 mg (28% VRN*)  | 422 mg (21% VRN*)                                      |
| Calcio            | 377 mg (47% VRN*)  | 325 mg (41% VRN*)                                      |
| Fósforo           | 423 mg (60% VRN*)  | 266,6 mg (38% VRN*)                                    |
| Magnesio          | 298 mg (79% VRN*)  | 83,4 mg (22% VRN*)                                     |
| Hierro            | 18 mg (129% VRN*)  | 3,78 mg (27% VRN*)                                     |
| Zinc              | 17 mg (170% VRN*)  | 4,44 mg (44% VRN*)                                     |
| Cobre             | 3,6 mg (360% VRN*) | 0,72 mg (72% VRN*)                                     |
| Manganeso         | 5,6 mg (280% VRN*) | 1,12 mg (56% VRN*)                                     |
| Yodo              | 150 µg (100% VRN*) | 47,2 µg (32% VRN*)                                     |

|                          |        |         |
|--------------------------|--------|---------|
| <b>OTRAS SUSTANCIAS:</b> |        |         |
| Fosfolípidos             | 848 mg | 170 mg  |
| - Fosfatidilcolina       | 345 mg | 69 mg   |
| - Fosfatidiletanolamina  | 285 mg | 57 mg   |
| - Fosfatidilinositol     | 218 mg | 44 mg   |
| Linoleico Ω 3            | 94 mg  | 18,8 mg |
| Linolenico Ω 6           | 500 mg | 100 mg  |
| Jalea real               | 125 mg | 25 mg   |

\*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes





## [ 12. ANEXOS ]



| HIDROSOLUBLES          | FUNCIONES                                                                                                                                                                                                | SINTOMAS DE CARENCIA                                                                                                                                                                                                                    | SINTOMAS DE SOBREDOSIS                                                                           | FUENTES DIETÉTICAS                                                                                       |
|------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| B1 (tiamina)           | Metabolismo de los hidratos de carbono. Correcto funcionamiento del sistema nervioso.                                                                                                                    | Beri-Beri (fallo del sistema nervioso, fatiga, debilidad muscular, insuficiencia cardíaca)                                                                                                                                              | Ninguno registrado                                                                               | Carnes magras, hígado, cereales integrales.                                                              |
| B2 (riboflavina)       | Metabolismo energético.                                                                                                                                                                                  | Fatiga, fallo del sentido de la visión, problemas labiales y/o bucales.                                                                                                                                                                 | Ninguno registrado                                                                               | Ampliamente distribuida en los alimentos (leche y derivados, legumbres, cereales, carnes, hortalizas...) |
| B3 (niacina o PP)      | Metabolismo energético                                                                                                                                                                                   | Pelagra (lesiones bucales y digestivas, problemas nerviosos y mentales). Problemas musculares.                                                                                                                                          | Acaloramiento, vasodilatación, picores en zona de cuello, cara y manos, dolor de cabeza, náuseas | Legumbres, cereales integrales, pescados, hígado.                                                        |
| B5 (ácido pantoténico) | Metabolismo energético y proteico. Mantenimiento de la correcta actividad nerviosa.                                                                                                                      | Fatiga, problemas de coordinación, trastornos del sueño, problemas musculares, vómitos.                                                                                                                                                 | Ninguno registrado                                                                               | Ampliamente distribuida en los alimentos (huevos, leche y derivados, legumbres...).                      |
| B6 (piridoxina)        | Metabolismo de las proteínas. Formación de los glóbulos rojos.                                                                                                                                           | Problemas musculares, anemia, alteraciones en la piel, vómitos, temblores, irritabilidad.                                                                                                                                               | Posible daño Nervioso (neuropatía sensorial) y/o hepático.                                       | Pescados, carnes magras, cereales integrales.                                                            |
| B8 (biotina o H)       | Síntesis de lípidos y glucógeno. Metabolismo proteico. Correcto funcionamiento del sistema nervioso y circulatorio.                                                                                      | Dolor muscular, depresión, fatiga, problemas cutáneos, impotencia, insomnio, anemia.                                                                                                                                                    | Ninguno registrado                                                                               | Legumbres, verduras, hortalizas frescas, frutos secos, yema de huevo, carnes, hígado.                    |
| B9 (ácido fólico)      | Metabolismo proteico. Metabolismo de los ácidos nucleicos (ADN y ARN), formación de los glóbulos rojos.                                                                                                  | Anemia, problemas gastrointestinales, disminución de la resistencia física, diarrea (*).                                                                                                                                                | Puede enmascarar los síntomas de una anemia                                                      | Legumbres, cereales integrales, verduras y hortalizas de hoja verde, naranjas, plátanos y frutos secos.  |
| B12(cianocobalamina)   | Metabolismo de los ácidos nucleicos (ADN y ARN). Correcta función del sistema nervioso. Correcto desarrollo de los glóbulos rojos.                                                                       | Anemia perniciosa, Desórdenes nerviosos, mala coordinación muscular.                                                                                                                                                                    | Posible daño hepático.                                                                           | Alimentos de origen exclusivamente animal (pescados, carnes y yema de huevo).                            |
| C (ácido ascórbico)    | Mantenimiento de la constancia de todos los tejidos del cuerpo (incluidos el óseo y el muscular). Formación de tendones y ligamentos (colágeno). Absorción de hierro. Metabolismo energético de lípidos. | Escorbuto (degeneración de piel, dientes, vasos sanguíneos, hemorragias). Predispone a infecciones, aumenta el tiempo de cicatrización de lesiones y heridas, predispone a la disminución de la resistencia ósea. Predispone a anemias. | Posible formación de cálculos renales.                                                           | Frutas cítricas, fresas, kiwis, pimientos, tomates y otras verduras y hortalizas verdes.                 |

| LIPOSOLUBLE     | FUNCIONES                                                                                    | SINTOMAS DE CARENCIA                                                                                                     | SINTOMAS DE SOBREDOSIS                                                                                    | FUENTES DIETETICAS                                                                                                                              |
|-----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| A (retinol)     | Formación de tejidos.<br>Correcta función visual.                                            | Trastornos importantes de la visión.<br>Alteraciones en tejidos diversos.                                                | Dolor de cabeza, vómitos, problemas cutáneos, sequedad de mucosas, inflamaciones óseas, falta de apetito. | Vegetales verdes y naranjas (como precursores) y en hígado, lácteos y derivados enteros (como sustancia activa).                                |
| D (calciferol)  | Crecimiento y desarrollo del esqueleto.<br>Favorece la absorción de calcio.                  | Mala recuperación de lesiones óseas.<br>Raquitismo (en niños) y osteomalacia (en adultos). Predispone a fracturas óseas. | Depósitos de calcio en órganos, vómitos, diarreas, debilidad muscular, trastornos renales.                | Exclusivamente fuentes animales (productos lácteos enteros, hígado, pescados grasos) y sol (activador de la formación a partir de precursores). |
| E (tocoferol)   | Antioxidante de los tejidos.<br>Protectora y reparadora de tejidos dañados y glóbulos rojos. | Posible anemia                                                                                                           | Poco conocidos                                                                                            | Semillas, frutos secos, aceites vegetales, vegetales de hoja verde.                                                                             |
| K (filoquinona) | Importante en la coagulación de la sangre (curación y cicatrización de heridas y lesiones).  | Hemorragias.                                                                                                             | Poco conocidos (las formas sintéticas pueden provocar ictericia).                                         | Verduras de hoja verde, hígado, yema de huevo y a partir de las bacterias intestinales.                                                         |



| SUSTANCIA MINERAL | FUNCIONES MÁS IMPORTANTES                                                                                                                                                     | SINTOMAS DE CARENCIA                                                                                 | SINTOMAS DE SOBREDOSIS                                                          | FUENTES DIETETICAS                                                                   |
|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| MACROMINERALES    |                                                                                                                                                                               |                                                                                                      |                                                                                 |                                                                                      |
| Calcio (Ca)       | Formación de huesos y dientes. Trasmisión nerviosa. Contracción muscular. Coagulación sanguínea. Metabolismo energético del glucógeno.                                        | Alteración del crecimiento. Disminución del contenido mineral óseo. Problemas musculares             | Estreñimiento, inhibición de la absorción de otros minerales (hierro, cinc...). | Leche, queso y derivados, legumbres secas. Aguas duras y alcalinas.                  |
| Fósforo (P)       | Formación de huesos y dientes. Mantenimiento del equilibrio interno. Metabolismo energético y proteico.                                                                       | Debilidad general. Pérdidas de calcio. Desmineralización del hueso.                                  | Induce pérdidas de calcio. Problemas mandibulares                               | Leche, queso y sus derivados, pescados y carnes, cereales integrales y frutos secos. |
| Potasio (K)       | Relajación muscular. Mantenimiento del equilibrio interno. Metabolismo energético. Mineralización ósea. Función nerviosa. Mantenimiento de un adecuado estado de hidratación. | En el caso de vómitos y/o diarreas importantes, se produce debilidad muscular e incluso parálisis.   | Debilidad muscular. Alteración cardíaca.                                        | Una gran variedad de frutas y verduras, la leche, los pescados y las carnes.         |
| Sodio (Na)        | Mantenimiento del equilibrio interno. Correcta función nerviosa. Mantenimiento de un adecuado estado de hidratación.                                                          | Calambres musculares. Apatía mental. Disminución del apetito.                                        | Elevada tensión arterial (HTA).                                                 | Sal común, alimentos en salazón, queso, leche, bebidas para el deportista...         |
| Magnesio (Mg)     | Metabolismo proteico y energético. Formación del hueso. Regulador metabólico. Función nerviosa. Función muscular.                                                             | Fallos en el crecimiento. Alteración del comportamiento (depresión). Debilidad. Espasmos musculares. | Diarrea. Nauseas. Vómitos. Hipotensión.                                         | Cereales integrales, frutos secos, verduras y hortalizas verdes.                     |
| Cloro (Cl)        | Mantenimiento de un adecuado estado de hidratación. Participa en la producción del jugo gástrico (ácido clorhídrico).                                                         | Mala digestión de proteínas y grasas. Disminución del apetito.                                       | Vómitos. Diarreas.                                                              | Sal común, alimentos en salazón, queso, leche.                                       |



| SUSTANCIA MINERAL | FUNCIONES MÁS IMPORTANTES                                                                                                                                                                                     | SINTOMAS DE CARENCIA                                                                                                                          | SINTOMAS DE SOBREDOSIS                                                                                                       | FUENTES DIETÉTICAS                                                                                                                                                            |
|-------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| MICROMINERALES    |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                               |                                                                                                                              |                                                                                                                                                                               |
| Hierro (Fe)       | Correcta captación y transporte del oxígeno. Metabolismo energético.                                                                                                                                          | Anemia ferropénica (debilidad, menor resistencia a las infecciones).                                                                          | Siderosis, cirrosis hepática.                                                                                                | <b>ALTA DISPONIBILIDAD</b><br>Pescados (especialmente moluscos), Carnes<br><b>MEDIA DISPONIBILIDAD</b> Huevos<br><b>BAJA DISPONIBILIDAD</b><br>Legumbres, Cereales integrales |
| Cinc (Zn)         | Metabolismo energético y proteico. Correcto funcionamiento del sistema inmunitario. Correcta cicatrización. Antioxidante metabólico. Correcta función de los sentidos del olfato y gusto. Digestión correcta. | Fallos en el crecimiento y desarrollo óseos. Desarrollo anormal de los genitales. Inapetencia. Trastornos en los sentidos del gusto y olfato. | Fiebre, náuseas, vómitos, diarrea. Absorción de cobre disminuida. Disminución de las HDLc ("colesterol bueno"). Neutropenia. | Pescados, mariscos, cereales integrales.                                                                                                                                      |
| Flúor (F)         | Formación correcta de huesos y dientes. Anticaries.                                                                                                                                                           | Aumenta la incidencia de caries. Aumenta la incidencia de pérdida de piezas dentales.                                                         | Dientes moteados. Aumenta la densidad del hueso. Alteraciones neurológicas, del pelo y de la piel.                           | Té y mariscos. Principalmente el agua de bebida fluorada.                                                                                                                     |
| Selenio (Se)      | Protección celular.                                                                                                                                                                                           | Anemia (rara). Alteraciones en las uñas.                                                                                                      | Problemas gastrointestinales.                                                                                                | Pescados, cereales, carnes.                                                                                                                                                   |
| Cobre (Cu)        | Síntesis de hemoglobina y correcta utilización del hierro.                                                                                                                                                    | Anemia (rara).                                                                                                                                | Enfermedad de Wilson.                                                                                                        | Pescados, carnes, agua de bebida.                                                                                                                                             |
| Iodo (I)          | Correcto funcionamiento hormonal.                                                                                                                                                                             | Bocio.                                                                                                                                        | Disminución de la actividad hormonal.                                                                                        | Pescados, mariscos, determinadas verduras...                                                                                                                                  |
| Cromo (Cr)        | Metabolismo energético de la glucosa.                                                                                                                                                                         | Disminuye la utilización de la glucosa.                                                                                                       | Daños en piel y riñones (rara).                                                                                              | Grasas, aceites Vegetales, carnes.                                                                                                                                            |
| Azufre (S)        | Constituyente esencial de muchos tejidos (cartílago).                                                                                                                                                         | Acompaña al déficit proteínico.                                                                                                               | Crecimiento disminuido.                                                                                                      | Aminoácidos sulfurados (alimentos proteínicos).                                                                                                                               |

# EL ÉXITO ES UNA ELECCIÓN.



**INFISPORT.COM**