



Productos **+PROTEÍNAS** con **ALTO VALOR NUTRICIONAL**



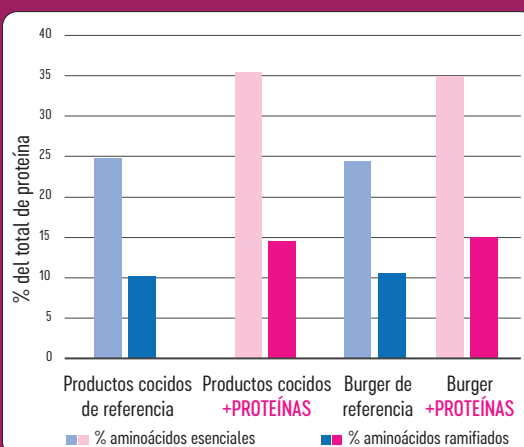
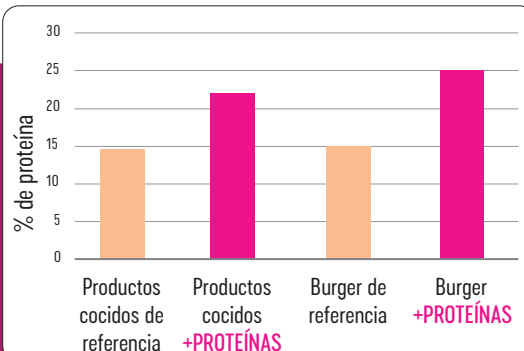
La proteína es un macronutriente esencial para mantener una salud adecuada a lo largo de todas las etapas de la vida, ya que está implicada en todas las funciones fisiológicas del organismo.

La proteína es especialmente necesaria

en niños, personas mayores y personas que realizan ejercicio físico. Por esto, es importante una dieta equilibrada y variada que aporte la cantidad suficiente de proteína de alta calidad y rica en todos los aminoácidos esenciales que el organismo sólo puede obtener a través de la dieta.

La composición en aminoácidos esenciales de los nuevos productos es :

Los nuevos productos + Proteínas contienen :



AMINOÁCIDOS ESENCIALES	PECHUGA DE PAVO	PECHUGA DE POLLO	JAMÓN COCIDO	BURGUER POLLO-PAVO
	g/100g	g/100g	g/100g	g/100g
Histidina	0,65	0,536	0,62	0,60
Isoleucina	0,84	0,817	0,81	0,97
Leucina	1,46	1,41	1,45	1,71
Lisina	1,84	1,74	1,80	1,92
Metionina	0,41	0,353	0,39	0,27
Fenilalanina	0,87	0,791	0,79	1,02
Treonina	0,84	0,799	0,83	0,93
Triptófano	0,23	0,204	0,22	0,23
Valina	0,95	0,89	0,92	1,10
Aminoácidos ramificados	3,25	3,12	3,18	3,78
Aminoácidos esenciales	8,08	7,54	7,82	8,75

Debido a estos altos niveles de proteínas, aminoácidos esenciales y aminoácidos ramificados estos productos:

- Estimulan la síntesis de proteína muscular ^(1,2).
- Son recomendables para personas que realizan ejercicio físico.
- Pueden prevenir el deterioro muscular (Sarcopenia).

Proteínas de **ALTO VALOR NUTRICIONAL** para personas que realizan ejercicio físico

REFERENCIAS

1. Morton RW, McGlory C, Phillips SM. Nutritional interventions to augment resistance training-induced skeletal muscle hypertrophy. Front Physiol. 2015 Sep 3;6:245. doi: 10.3389/fphys.2015.00245. PMID: 26388782; PMCID: PMC4558471.
2. Jäger R, Kerksick CM, Campbell BI, Cribb PJ, Wells SD, Skwiat TM, et al. International Society of Sports Nutrition Position Stand: Protein and exercise. J Int Soc Sports Nutr. 2017;14(1):1-25.



UCAM
UNIVERSIDAD
CATÓLICA DE MURCIA