



## Creatina 80 MESH 300 g Sport Live Drasanvi

SKU: 032057123 EAN13: 8436601102041

### Descripción

La Creatina es una sustancia producida por nuestro cuerpo (principalmente, en hígado, riñones y páncreas) a partir de tres aminoácidos: Glicina, Arginina y Metionina. Esta sustancia es segregada al torrente sanguíneo y distribuida a las diferentes células del organismo. Por sus funciones en el organismo, la Creatina es uno de los complementos más utilizados en deportistas. De hecho, está demostrado que el consumo de 3 gramos de Creatina **mejora el rendimiento físico** en series sucesivas de ejercicios breves de alta intensidad.

# Ingredientes

---

Creatina 80 MESH 5.000 mg

## Modo de uso

---

**Fase de carga:** Consumir 20 g (en 4 tomas de 5 gramos) a lo largo del día. **Fase de mantenimiento:** Consumir de 3-5 g al día después del ejercicio. Puede suministrarse con la bebida recuperadora o batido de proteínas. Un cazo dosificador enrasado corresponde a 7 g.

## Presentación

---

Envase de 300 g (10.58 oz.)

## Advertencias

---

Complemento alimenticio a base de creatina.

Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustituto de una dieta equilibrada. No superar la dosis diaria expresamente recomendada. Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. Conservar en un lugar fresco y seco.

## Información extra

---

### Forma de Monohidrato

En la actualidad, existen muchas marcas que utilizan otras formas distintas de Creatina. Sin embargo, la presentación que más estudios científicos avalan su eficacia y seguridad es la Creatina Monohidrato.

### Alta cantidad de Creatina

La EFSA aprueba el uso de la Creatina: “La Creatina mejora el rendimiento físico en series sucesivas de ejercicios breves de alta densidad”. Esta alegación puede utilizarse a partir de tres gramos de Creatina.

## **Formato polvo**

La presentación en polvo permite ajustar la dosis a las necesidades de cada persona y cada situación permitiendo, de ese modo, consumir la cantidad adecuada en cada momento.

## **Sabor neutro**

Nuestra Creatina presenta un sabor neutro, con el fin de ser consumido por todas las personas, o mezclado con otros productos, sin que ello altere el sabor.

## **Sin alérgenos y otros contaminantes**

Nuestro sistema de producción y los rigurosos controles de calidad, permiten poder decir que nuestro producto esta libre de cualquier tipo de alérgenos y otros contaminantes. De esta manera aseguramos la idoneidad del producto.

## **No Doping**

Nuestro lema es un deporte de calidad y un modo de entender la vida sana. Para ello cumplimos de manera exhaustiva la ley de etiquetado. Además los estrictos controles de calidad a los que son sometidos nuestras materias primas, así como nuestros procesos, nos aseguran la utilización segura en el mundo del deporte.

# Información sobre alérgenos

---

Sin alérgenos

# Certificaciones

---

