



## Sport Live - Creatina

SKU: 032050410 EAN13: 8436578540273

### 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. Sin embargo, el tipo de Creatina utilizado es de vital importancia para obtener los resultados esperados.

# Ingredientes

---

Creatina *Monohidrato de creatina*

## Modo de uso

---

Disolver una porción (3/4 medidor) en 250 ml de agua.No consumir mas de 1 porción al día.

## Presentación

---

Peso Neto: 300 g

## Advertencias

---

""Alimento para Deportistas con creatina""""NO RECOMENDABLE PARA MENORES DE 15 AÑOS, EN EMBARAZO NI LACTANCIA"".

## 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 nutricional

---

## INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Porción: 5,00 g (3/4 medidor )

Porciones por envase: 60

	100 g	Porción
<b>Energía</b> (Kcal)	384	19,2
<b>Proteínas</b> (g)	96,1	4,81
<b>Grasa Total</b> (g)	0,50	0,03
Grasas saturadas (g)	0,10	0,01
<b>Hid. de Carb. Disp.</b> (g)	0,10	0,01
Fibra (g)	0,00	0,00
Azúcares Totales (g)	0,10	0,01
<b>Sodio</b> (mg)	20,0	1,00
Creatina (mg)	100000	5000

# Información sobre alérgenos

---

Sin alérgenos

# Certificaciones

---

