

OMELETE DE CLARAS

Uma opção proteica metabolizada para seu pós-treino



SINÔNIMOS: Albumina

O omelete trata-se de uma opção proteica com 22g de proteína na porção. Uma excelente alternativa para ser utilizada no pós treino, ou até mesmo como uma refeição saudável. O produto possui uma composição diferenciada com aminograma funcional para perfeita conversão das proteínas em aminoácidos.

INTRODUÇÃO

Proteínas são compostos orgânicos de alto peso molecular, cujas unidades básicas são os aminoácidos, os quais estão ligados entre si através de ligações peptídicas. Dependendo da quantidade e biodisponibilidade dos chamados aminoácidos essenciais presentes na estrutura da proteína, será definido o valor nutricional da fonte protéica.

As proteínas são de fundamental importância aos sistemas vivos, pois são necessárias para a estruturação, função e regulação de células, tecidos e órgãos do corpo humano. Além de fazerem parte da constituição do corpo humano (aproximadamente 17%), faz-se imprescindível a ingestão diária de 75g de proteínas para adultos de acordo com a ANVISA, Resolução RDC nº360, de 23 de dezembro de 2003. Porém, além dessa questão quantitativa, é de extrema importância a avaliação da qualidade da proteína ingerida, basicamente através da análise do seu perfil de aminoácidos e comparação com a referência estabelecida pela FAO/OMS (2007).

A proteína é um nutriente essencial. E os consumidores, em particular, tem tomado conhecimento desse fato. A demanda por níveis mais elevados de proteína dentro da dieta está sendo impulsionada

principalmente pelo interesse em melhorar a saúde, mas também por causa de uma mudança a partir de proteínas de origem animal. Para atender a essa fascinação com dietas ricas em proteínas, muitas empresas de alimentos estão buscando maneiras de aumentar o teor de proteína dos seus vários alimentos.

Diversos estudos vêm demonstrando que suplementos proteicos e aminoácidos estão entre os produtos mais utilizados por praticantes de atividade física e atletas. Porém, a variedade desses tipos de produtos é bem limitada. Uma das principais críticas é em relação ao sabor e aplicação. Outro fator que também deve ser levado em consideração é a metabolização dessas proteínas. A maioria das proteínas não estão biodisponíveis na melhor proporção das necessidades humanas com alguns aminoácidos limitantes. O aminoácido que estiver em menor quantidade limita o aproveitamento dos demais aminoácidos.

DESCRIÇÃO DO PRODUTO

Porção 33g. (22g de proteínas) – Pacote 2,5KG (75 porções)

INGREDIENTES: Albumina, TCM (triglicérideo de cadeia média), AminoEnzym Human Code®, enzima protease, Sal integral magnésiano.

PROPRIEDADES

-Alimento proteico com aminograma ajustado na proporção das necessidades diárias humanas, para uma perfeita conversão das proteínas em aminoácidos e o máximo de metabolização.

- Possui em sua formulação enzima que atua diretamente na quebra das proteínas em aminoácidos.

- Proteína Biológica de alta biodisponibilidade e o máximo de metabolização. A Albumina em pó é a clara de ovos selecionados desidratada. Apresenta incomparável qualidade nutricional e altíssimo grau de pureza e absorção, sendo, portanto um excelente suplemento alimentar. Cada 100g de Albumina contém 412 kcal e 80g de proteína; uma colher de sopa de Albumina (14g) contém 57.68 kcal. É isenta de colesterol.

- TCM (Triglicérideo de Cadeia Média em Pó) da gordura do coco como fonte de energia facilmente disponível que mobiliza os estoques de gordura corporal, aumentando a taxa metabólica e poupando a massa muscular. TCM fornece energia rápida para o corpo e, portanto, é menos susceptível de ser armazenada como gordura corporal. TCM é uma fonte fácil de combustível, e é ainda mais propenso a queima da gordura. Quando TCM é metabolizado no corpo, ele se comporta como um carboidrato, e não uma gordura.

- Mais de 80 oligoelementos do sal natural com baixos teores de cloreto de sódio e altos teores de magnésio. A flor de sal é um aglomerado de cristais que se forma à superfície da água do mar. O teor de cloreto de sódio, o principal componente do sal, é, contudo, relativamente baixo. O magnésio, um dos primeiros componentes a precipitar-se nas superfícies das águas, age como um realçador natural de sabor, tornando-se também uma alternativa aos adeptos da qualidade de vida.

- O correto ajuste do aminograma das proteínas através do acréscimo dos aminoácidos limitantes, em conjunto com os oligoelementos do sal e do TCM do coco, promove metabolização de 98% da proteína que atua diretamente no crescimento e manutenção da massa magra.

Distribuição Aminoácidos Essenciais no Human Code

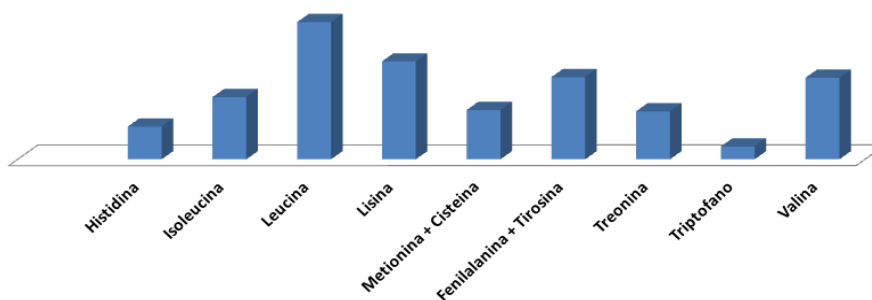


Figura 1 – Distribuição dos aminoácidos essenciais no AminoEnzym Human Code®

Gráfico Comparativo dos Aminoácidos Essenciais

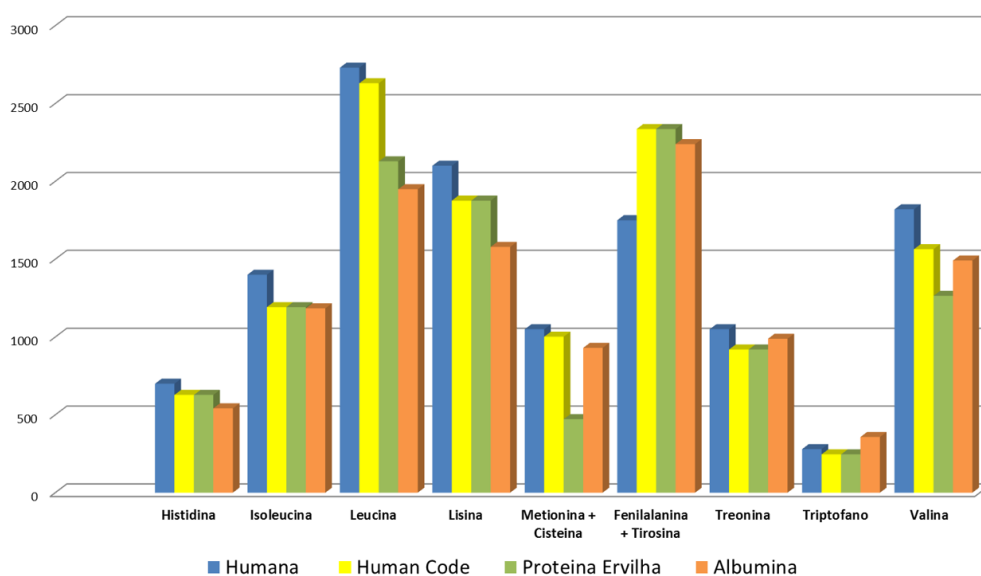


Figura 2 – Comparativo dos aminoácidos essenciais no AminoEnzym Human Code®, outras fontes proteicas e a necessidade humana

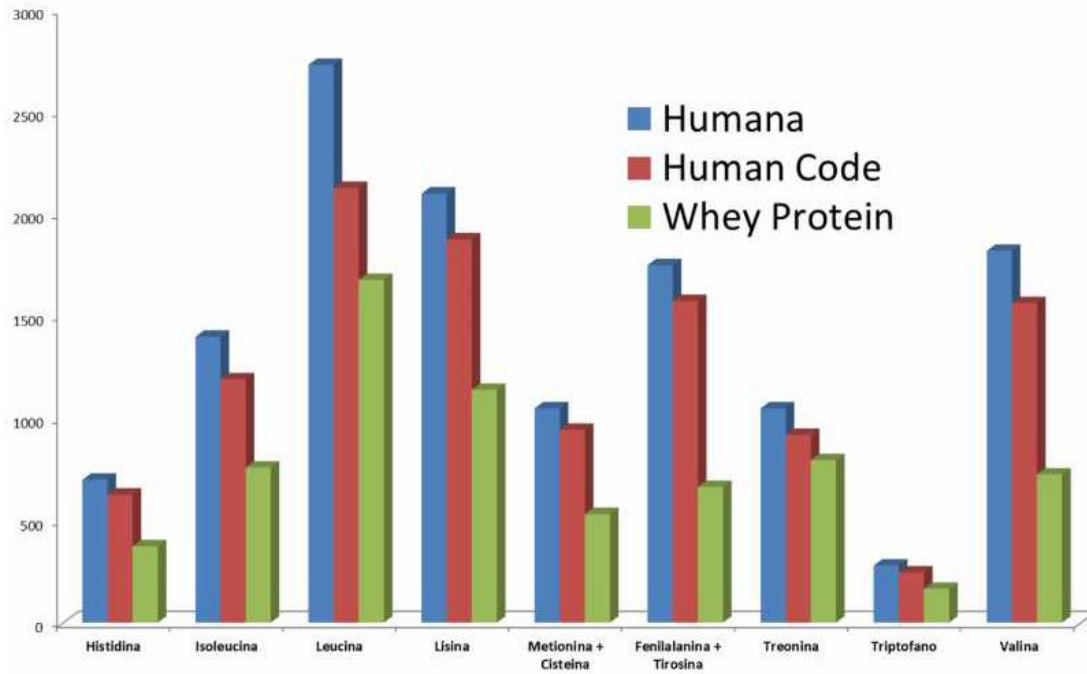


Figura 3 – Comparativo dos aminoácidos essenciais no AminoEnzym Human Code®, outras fontes proteicas e a necessidade humana

COMPARATIVO COM A CLARA DE OVO

22 g de albumina = 5-7 claras de ovo.

INDICAÇÕES

Nutrição infantil e do idoso

Nutrição esportiva

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Porção 33 g (2 colheres de sopa)

QUANTIDADE POR PORÇÃO		%VD
VALOR ENERGÉTICO	168 Kcal (706 KJ)	8%
CARBOIDRATO	2 g	0,7%
PROTEÍNA	22 g	44%
GORDURAS TOTAIS	8 g	14%
GORDURAS	8 g	36%
SATURADAS	-	-
GORDURAS TRANS		
FIBRAS	0,5 g	-
SÓDIO	500 mg	21%

*VD baseado em um dieta de 2000 kcal (8400 kJ). Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

MODO DE PREPARO

Diluir o conteúdo da porção (33g) em 200 mL de água. Utilizar em uma frigideira antiaderente, não há necessidade de adicionar óleo ou gordura.

Não é necessário aplicar o fator de correção.

EMBALAGENS E ARMAZENAMENTO

A Omelete de Claras HUMAN CODE deve permanecer em embalagem semelhante a original, hermeticamente fechada. O local de armazenamento deve ser seco, arejado, protegido da luz e de fontes de calor. A temperatura do ambiente deve ser constante e, preferencialmente, não acima de 25 °C. O prazo de validade é de até 12 meses se estocado nas condições especificadas acima.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Material do fabricante

WOLFE RR. Protein supplements and exercise. *Am J Clin Nutr* 2000;72(suppl):551S–7S.