

PROTEINE DEL SIERO DEL LATTE

LA PROTEINA DEL SIERO STIMOLA LA PRODUZIONE DI IGF-1 E AUMENTA LA SINTESI PROTEICA (Zaloga)

STUDI RECENTI HANNO MOSTRATO UNA REGRESSIONE DI ALCUNI TUMORI QUANDO I PAZIENTI HANNO ASSUNTO 30 GR\DIE DI PROTEINA DEL SIERO DEL LATTE (Kennedy)

LA PROTEINA DEL SIERO SEMBRA GIOCARE UN RUOLO DIRETTO NELLA SALUTE DELLE OSSA:

DIVERSI STUDI MOSTRANO, IN SEGUITO AD ASSUNZIONE UN INCREMENTO DELLA DENSITA' OSSEA TRAMITE UNA AUMENTATA SINTESI DELLE PROTEINE DELLA MATRICE OSSEA (SOPRATTUTTO COLLAGENE) (Takada)

CASEINA

HA UN MAGGIORE TEMPO DI TRANSITO CHE PUO' FAVORIRE L'AUMENTO DI ASSORBIMENTO DI AMINOACIDI DA PARTE DELL'INTESTINO.

CONTIENE MOLTISSIMA GLUTAMMINA (20,5 % SUPERIORE AD OGNI ALTRA FORMA PROTEICA)

HA UN ELEVATO RAPPORTO TIROSINA – TRIPTOFANO (5:1) E QUINDI AUMENTARE I LIVELLI SINAPTICI ECCITATORI NEL CERVELLO

E' LA MIGLIORE PROTEINA DA CONSUMARE PRIMA DI ANDARE A DORMIRE.

ISOLATO DELLE PROTEINE DEL LATTE

E' UNA MISCELA DI TUTTE LE PROTEINE CHE SI TROVANO NEL LATTE (SIERO E CASEINA)

PROBABILMENTE HA PROPRIETA' DELL'UNA E DELL'ALTRA FONTE PROTEICA

SI ASPETTANO RICERCHE ULTERIORI PER DARE INDICAZIONI PIU' PRECISE

SI PROPENDE PER UN ASSUNZIONE PRIMA DEL RIPOSO NOTTURNO O DI PERIODI DI DIGIUNO.

PROTEINE DELLA SOIA

ISOLATI DELLA PROTEINA DI SOIA C.D. SUPRO

ALTA DIGERIBILITA'

ASSORBIMENTO SIMILE ALLA CARNE DI MANZO
(Young)

36 % COMPOSTA DA BCAA'S, GLUTAMMINA E
ARGININA (Akiba, Jensen, Barth, Forsythe,)
19,1 % GLUTAMMINA

L'ASSUNZIONE COSTANTE DI SUPRO PUO'
AUMENTARE LA PRODUZIONE DI TIROXINA
(T4), TRIIODOTIRONINA (T3).

DIMINUZIONE DEI TRIGLICERIDI E DEL
COLESTEROLO (Anderson)