

AlkaBalance

Apoyo Nutricional para un balance alcalino

Sabías que AlkaBalance puede aumentar el rendimiento deportivo

Los beneficios de un balance alcalino otorgan una mejora en el rendimiento anaeróbico y en el rendimiento aeróbico. Sus efectos se muestran en cuanto a la prevención de la fatiga muscular en ejercicios de predominio anaeróbico láctico (esfuerzos de corta duración e intermitentes, con breves periodos de descanso), esprints de larga duración en nadadores, piragüistas, remo, ciclistas y deportes de equipo que implican series repetidas de actividad de alta intensidad. Precisamente, disciplinas en las que se produce mayor acumulación de ácido láctico en el tejido muscular.

Bicarbonatos y citratos son sustancias alcalinizantes que actúan a modo de tampón en medio ácido. Compensan la hiperacidez que se produce durante el ejercicio elevando el pH de la sangre y músculos, y manteniendo el pH aproximado al rango de normalidad en el esfuerzo físico, lo que puede contribuir muy favorablemente a mantener el ritmo inicial de esfuerzo durante más tiempo.

¿Cómo funciona?

Es en la célula muscular donde tienen lugar los procesos energéticos y un pH bajo los dificulta. Por ello, un incremento del pH extracelular produce un gradiente de pH que aumenta la salida de lactato y los hidrogeniones (H⁺) desde el interior de la célula hacia el exterior con el consecuente incremento del pH intracelular y así favorecer los procesos energéticos.

¿Quiénes se benefician con el consumo de este Polvo Alcalino?

- Personas que deseen reducir la sensación de cansancio y fatiga.
- Es muy conveniente para quienes consumen alimentos como leche, queso, pan blanco, refrescos y chocolate, y que no consumen suficientes frutas y verduras.
- Excelente para deportistas y las personas con actividad física intensa.

Propiedades del Polvo Alcalino

- Posee alto valor alcalino.
- Aporte K⁺ por porción de 5 g = 16,0 mEq
- Aporta elevadas cantidades de citrato de potasio. El citrato de potasio proporciona una carga sostenida de álcali en comparación con las acciones a corto plazo del bicarbonato
- Se disuelve fácilmente en agua.
- Puede emplearse como suplemento durante periodos prolongados de tiempo.
- Contribuye a la regulación del pH de la orina



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Porción: 5 g (1 cucharada)

Porciones por envase: 50

	100 g	Porción
Energía (Kcal)	0	0
Proteínas (g)	0	0
Grasa Total (g)	0	0
Hidratos de Carb disp. (g)	0	0
Sodio (mg) (como bicarbonato)	5780	289
Potasio (mg) (como citrato)	12500	625

Aporta 16 mEq de potasio por porción

MODO DE CONSUMO

1 - 2 veces al día disolver 1 cucharada (5 g) en 150 mL de agua y revolver hasta disolución. Consumir 60-90 minutos antes de comenzar el ejercicio.

Precauciones: en personas con función renal deteriorada o en aquellas que usan ciertos medicamentos para reducir la presión arterial puede producirse una acumulación excesiva de potasio. En estos casos, se debe siempre consultar a su médico o a un experto antes de tomar este suplemento.

Este producto es muy sensible a la humedad. Se debe guardar bien cerrado, en un lugar fresco y seco, a temperatura ambiente.



Health & Young

