

Maltodextrin PRO

PURA MALTODEXTRINA DE ALTA CALIDAD

SIN SABOR

- Aporte puro de Carbohidratos en forma de Maltodextrina
- Disolución instantánea y sin decantación
- Máxima absorción y digestibilidad
- Con certificado antidoping por Informed-Sport
- Apto para Veganos y libre de alérgenos



Maltodextrin PRO es una bebida deportiva en polvo de la más alta calidad que aporta hidratos de carbono en forma de Maltodextrina. Este nutriente es necesario para mejorar el rendimiento tanto de los entrenamientos como de las competiciones de larga duración y/o alta intensidad. Al ser una maltodextrina procedente del maíz es libre de gluten, tampoco contiene alérgenos y es apta para veganos.

¿Qué es la maltodextrina?

La maltodextrina es un **hidrato de carbono complejo de rápida absorción**, obtenido a partir del almidón. En nutrición deportiva se utiliza como una **fuentes eficiente de energía**, especialmente en situaciones de **esfuerzo físico intenso o prolongado**.

Gracias a su **rápida digestión** y **baja osmolaridad**, permite aportar energía sin generar molestias gastrointestinales, siendo una opción ideal para deportistas de todos los niveles.

¿Por qué utilizar Maltodextrina como fuente de glucosa y no otra?

Porque, según la bibliografía científica existente a día de hoy, parece ser la mejor fuente cuando lo que se busca es una alta eficiencia en el uso de glucosa exógena, sobre todo cuando queremos que los aportes de carbohidratos sean elevados en volúmenes pequeños. Usándola conseguimos la máxima oxidación de hidratos de carbono exógenos frente a otras fuentes de glucosa como la ciclodextrina (Cluster Dextrin®) o la isomaltulosa (Palatinose®).

A parte de por su alta eficiencia energética, comentada anteriormente, el emplear maltodextrina frente al uso de la glucosa como propia fuente de glucosa, también tiene que ver con que el uso de este ingrediente es más favorable a nivel osmótico por ser una molécula de mayor tamaño, lo que disminuye la osmolalidad de la mezcla y esto minimiza el posible malestar gastrointestinal que puede producirse con el consumo elevado de carbohidratos durante el esfuerzo físico (Rowlands, D.S. et al., SM. 2.022).

Pero para ello **no vale cualquier maltodextrina**, dentro del abanico que nos podemos encontrar dentro de esta

materia prima tan usada en la industria alimentaria (mucho mayor que en la de la nutrición deportiva) y cuya oferta es muy muy amplia, nosotros siempre trabajamos con maltodextrinas entorno al DE 20 (\pm 5).

¿Por qué utilizar una Maltodextrina DE 20 y no otra?

Porque el número de unidades de glucosa es ideal ya que no es ni muy grande ni muy pequeño consiguiendo con ello una velocidad de aporte de energía adecuado y una mejora osmótica que usando solo glucosa, dextrinas u otras maltodextrinas con un aporte de unidades de glucosa inferior a 10. La **conclusión** es que a nivel de eficiencia energética tanto la glucosa como la maltodextrina son similares, por lo que podríamos usar cualquiera de las 2, pero a nivel osmótico (evitar problemas gastrointestinales) es más favorable el uso de la maltodextrina. Además, por matices organolépticos, la maltodextrina apenas aporta sabor, mientras que la glucosa es más dulce, algo que en muchos casos no deseamos.

¡Perfecta disolución!

Hemos sido muy meticulosos con esto, por lo que después de elegir la mejor materia prima, conseguimos una perfecta disolución, en apenas un minuto tienes la bebida preparada.

¡Sin sabor!

Buscando la máxima efectividad tanto a nivel energético como a nivel gastrointestinal, hemos desarrollado este producto de alta pureza, por lo que no tiene sabor. No contiene aromatizantes, ni conservantes, ni edulcorantes, ni colorantes, ni ningún otro aditivo, es 100% pura maltodextrina de maíz.

Y sin olvidar que **Maltodextrin PRO** es 100% seguro al tener la **certificación antidoping** por el **Informed-Sport**.

Ingredientes: Maltodextrina (siempre entorno al DE 20).

Modo de empleo: Añadir 32 g de producto (aproximadamente un cazo colmado) en 500 ml de agua y agitar bien hasta que se disuelva. Con ello obtenemos una bebida de 30 g de carbohidratos en una disolución al 6,4%.

Consejos profesionales:

- **Si el ambiente es muy caluroso y/o húmedo:** para mantener una correcta hidratación además es necesario un aporte extra de sales, por lo que se recomienda ingerir aprox. 1 cápsula de PRO Salt Caps cada 60 minutos (1 h) de actividad física.

Sabores disponibles: Sin sabor.

Formatos disponibles: Bote de 1.280 g (40 tomas).

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	Por 100 g	Por 32 g
Valor energético	1.615 kJ 380 kcal	517 kJ 122 kcal
Grasas	0 g	0 g
• de las cuales saturadas	0 g	0 g
Hidratos de Carbono	95 g	30 g
• de los cuales azúcares	7,1 g	2,3 g
Proteínas	0 g	0 g
Sal	0,02 g	0 g




 crownsportnutrition.com

 info@crownsportnutrition.com

 @crownsportnutrition

 crownsportnutrition

 @crownsportnutri

 Crown Sport Nutrition

Colaboradores:



UCAM | Centro de Investigación
Alto Rendimiento Deportivo

