

Collagen RAW

COLÁGENO HIDROLIZADO DE ALTA CALIDAD (PEPTAN®). SIN EDULCORANTES

SIN SABOR

- 10 g de Péptidos de Colágeno Bovino (Peptan®) por toma
- Con un plus de Vitamina C: 120 mg (150% VRN) por toma
- Con un plus de Glicina y Lisina
- **Con certificado antidoping por Informed-Sport**
- Fácil Disolución y Óptima Digestibilidad
- Sabor neutro. Sin edulcorantes. Sin alérgenos



Collagen RAW es una innovadora fórmula a base de colágeno hidrolizado bovino tipo I de la más alta calidad, marca Peptan®, que combina además ingredientes activos clave como la vitamina C y los aminoácidos Glicina y Lisina. Sin aromas ni edulcorantes añadidos, se puede consumir directamente disuelto en agua debido a su alta solubilidad, aunque su sabor neutro, permite una ingesta agradable fácilmente combinable con otros alimentos como zumos, leches, yogures, cereales, café, etc.

¿Qué es el Colágeno?

El colágeno es una proteína estructural de origen animal y es muy importante a nivel biológico ya que se encuentra ampliamente presente en el tejido conectivo, es decir, los tejidos que conforman los tendones, los ligamentos, los cartílagos articulares, el músculo tendinoso, la piel y el hueso. Su función, entre otras, es la de mantener unidos estos tejidos, asegurando la integridad, la elasticidad y la regeneración de los mismos. El grado de importancia del colágeno es tal que representa casi el 30% de todas las proteínas corporales. Este amplio porcentaje realmente se divide en diferentes tipos de colágeno, dentro de los cuales el más abundante es el tipo I que es el aportado mayoritariamente este producto.

El colágeno, mucho más que una simple fuente de proteínas...

El colágeno, como toda proteína, está formada por aminoácidos y podríamos pensar que no es más que eso, una fuente de proteína más y que en definitiva solo aporta aminoácidos y sí, en cierto modo, es así, pero la importancia y/o diferencia entre los diferentes tipos de proteínas (Whey, huevo, soja, colágeno, etc.) lo marca la proporción en los diferentes aminoácidos y es ahí, donde el colágeno es único, ya que contiene un alto porcentaje de 3 aminoácidos clave, la glicina, la prolina y la hidroxiprolina (aprox. el 45% del aminograma), es más, la hidroxiprolina sólo se encuentra en el colágeno.

¿Qué es el Colágeno hidrolizado o Péptidos de colágeno?

No vale solo con tomar cualquier colágeno, es fundamental que sea **hidrolizado** (no colágeno nativo o gelatina), esto hace que se encuentre en forma de péptidos (pequeñas proteínas) para conseguir así que su solubilidad, absorción y digestibilidad sean altas debido a su bajo peso molecular (Watanabe-Kamiyama, M. et al., JAF. 2.010). Estos pequeños péptidos se obtienen solo por hidrólisis enzimática controlada (no agresiva) pasando así de una proteína nativa insoluble y, por ende, inabsorbible e indigerible a una "proteína" bioactiva y de composición única.

Efectos de los péptidos de colágeno Peptan® en la salud

Son múltiples los beneficios de los péptidos de colágeno para la salud como, por ejemplo, el envejecimiento saludable, la belleza y el cuidado de la piel, y, como no, la salud articular, ósea y músculo esquelética, que a nivel deportivo es la que más nos interesa. Los deportes de alta intensidad pueden ocasionar fisuras y desgarros en los tejidos músculo esqueléticos (tendones, ligamentos, cartílagos, huesos) lo que puede conducir a un alto riesgo de lesión. La ingesta diaria de estos péptidos, con aminoácidos específicos como la hidroxiprolina, hace que actúen como "mensajeros" para promover y facilitar la producción endógena de fibras de colágeno corporal ayudando a reforzar el tejido conectivo y, probablemente, a reducir lesiones (Jiang, J.X. et al., AFHT. 2.014). Además, se ha demostrado que podrían ayudar en la regeneración del cartílago (condro-regenerador) y tener un efecto antiinflamatorio (Dar, Q.A. et al., OC. 2.016). Si hablamos de belleza, es decir, del cuidado de la piel, está claro que hay factores que influyen en mayor o menor grado como, por ejemplo, la edad, el estilo de vida, la polución, la alimentación y la exposición a la luz solar, factor este muy importante y a tener en cuenta en todos aquellos que practican deporte o disciplinas al aire libre. Para ellos el colágeno Peptan® les puede ofrecer un extra debido a que su ingesta continuada ha demostrado una mejoría tanto en la densidad como en la estructura del colágeno cutáneo, además de promover una mayor hidratación y estimulación de la síntesis endógena tanto del ácido hialurónico como del propio colágeno como ya hemos comentado (Asserin, J. et al., JCD. 2.015).

Pero no solo tomar colágeno es suficiente, por eso la innovadora fórmula de **Collagen RAW** contiene:

- **Péptidos de Colágeno Bovino (Colágeno hidrolizado):** cuya importancia ya hemos comentado. Añadido en dosis efectivas de 10 g. por toma. Hemos elegido el de origen bovino y el de la más alta calidad, Peptan®, una de las patentes con más estudios y más importantes a nivel mundial.
- **Vitamina C:** esta vitamina hidrosoluble es un cofactor fundamental para la síntesis endógena de colágeno, tanto es así, que hay estudios que demuestran que la co-ingesta previa al entrenamiento de esta vitamina junto con colágeno genera una síntesis mayor del propio colágeno (Shaw, G. et al., AJCN. 2.017), lo que podría desempeñar un papel beneficioso tanto para la prevención como para la reparación de los tejidos. La hemos añadido para asegurar que la ingesta de ambos ingredientes es simultánea. Además, la vitamina C es necesaria para

la hidroxilación de la prolina y la lisina en el procolágeno. Al igual que con otras vitaminas y minerales, organismos tan importantes a nivel mundial como la EFSA (European Food Safety Authority) conceden a esta vitamina importantes beneficios como los publicados en el año 2.012 que tienen que ver, entre otras funciones, con todo lo comentado anteriormente, como, por ejemplo, que la vitamina C contribuye a la formación normal de colágeno para el funcionamiento normal de: los vasos sanguíneos, los huesos, los cartílagos, las encías, la piel y los dientes; contribuye a la protección de las células frente al daño oxidativo (lo que se conoce comúnmente como afecto antioxidante), etc.

- **Glicina:** este aminoácido no esencial se relaciona, cuando se consume de forma regular, con la prevención de la artrosis y otras enfermedades degenerativas, además de otras afecciones relacionadas con la debilidad de la estructura mecánica del organismo, incluida la dificultad en la reparación de lesiones. Parece tener cierto efecto

antiinflamatorio sobre el tejido conectivo (Vieira, C.P. et al., AR. 2.015). También parece actuar como antioxidante evitando, entre otras, la peroxidación lipídica. Aunque ya hemos comentado que este aminoácido es uno de los más abundantes en el propio colágeno tipo I, lo hemos añadido para potenciar la fórmula y porque, a nivel aislado, tiene cierto poder edulcorante, consiguiendo así un mejor "sabor" del producto.

- **Lisina:** este aminoácido esencial se encuentra ampliamente presente en la piel, el colágeno y el tejido muscular. Es uno de los más importantes ya que participa en muchas funciones corporales, entre ellas, la formación del colágeno (piel, tendón, cartílago y hueso) y al añadirlo potenciamos la fórmula asegurándonos que no hay déficit del mismo.

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

Ingredientes: (75%) Péptidos de colágeno bovino (Peptan®), L-glicina, clorhidrato de L-lisina, L-ascorbato de sodio (vitamina C).

Modo de empleo: Mezclar 13,3 g de producto (1 cazo o un sobre) con 200 ml de agua o tu bebida favorita (café, leches, zumos, etc.). Su sabor neutro permite añadirlo fácilmente a otros alimentos como, por ejemplo, yogures, cereales, smoothies, porridge, etc.

Sabores disponibles: Sin sabor añadido.

Formatos disponibles: Bote de 400 g (30 tomas) y sobre monodosis de 13,3 g (muestra).

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	Por 100 g	*%VRN	Por porción de 13,3 g	*%VRN
Valor energético	1.549 kJ		207 kJ	
	365 kcal		49 kcal	
Grasas	0 g		0 g	
• de las cuales saturadas	0 g		0 g	
Hidratos de Carbono	0 g		0 g	
• de los cuales azúcares	0 g		0 g	
Proteínas	90 g		12 g	
Sal	1,1 g		0,14 g	
AMINOÁCIDOS AÑADIDOS				
L-Glicina	19,1 g		2,55 g	
L-Lisina HCl	4,69 g		0,625 g	
VITAMINAS				
Vitamina C	900 mg	1.125	120 mg	150

*% VRN: porcentaje del Valor de Referencia de Nutrientes

CROWN
SPORT NUTRITION

🌐 crownsportnutrition.com

✉ info@crownsportnutrition.com

📷 @crownsportnutrition

📘 crownsportnutrition

🐦 @crownsportnutri

🌐 Crown Sport Nutrition

Colaboradores:

