

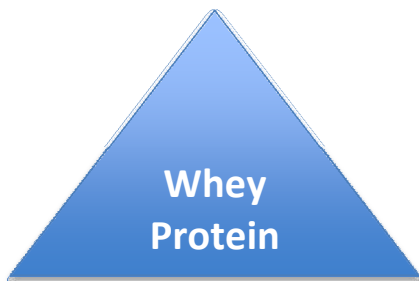


ISO WHEY TRANSFORMER G2L



O Whey Protein, ou proteína do soro do leite, é um termo designado para descrever um conjunto de frações proteicas solúveis naturalmente presentes no leite. Nos últimos anos, o Whey Protein vem recebendo amplo destaque na literatura científica, pois respeita os três elementos necessários para fornecimento da melhor proteína:

*Rica em aminoácidos
essenciais*



Rápida digestão

Rápida absorção

O **Iso Whey Transformer G2L**® apresenta grande diferencial na sua fabricação, pois utiliza como matéria prima o Whey Protein Isolado de origem importada, obtido pelo processo *Cross Flow Micro Filtration* (CFM®), que é uma marca registrada da *Glanbia Nutritionals*, caracterizando-o como método padrão ouro de isolamento proteico nos dias atuais.

A CFM® consiste na submissão do Whey Protein a um delicado processo de filtração proteica para separação da proteína de todos os outros elementos por diferenças de tamanho molecular (proteínas são moléculas grandes, enquanto que lactose e lipídeos são moléculas pequenas).

Para realização da CFM®, o processo dispensa o uso de temperaturas elevadas e substâncias químicas, sendo superior ao isolamento por Troca Iônica (*Ion Exchange*). A técnica CFM® permite que as proteínas se mantenham completamente intactas (sem sofrer desnaturação), exibindo menor teor de sódio e excelente perfil de aminoácidos, assim como encontrado naturalmente no Whey Protein Concentrado.

O padrão utilizado pela G2L na produção do **Iso Whey Transformer**® insere o produto no maior degrau de qualidade do mercado, pois além de fornecer aproximadamente 90% de proteínas por dose e com o melhor perfil de aminoácidos, fornece todos os benefícios adicionais encontrados naturalmente no **Whey Protein Extreme G2L**®, como as propriedades de melhora do sistema imunológico e fatores de crescimento celular.

Como fator adicional, o **Iso Whey Transformer G2L**® é complementado por vitaminas e minerais, contribuindo para obtenção dos melhores resultados, atuando em total sinergia com a alimentação.

Iso Whey Transformer G2L® – Entenda os três pilares para a formação da melhor proteína

Rápida digestão

Naturalmente, as proteínas contidas no soro do leite apresentam rápida digestibilidade, pois sua passagem pelo estômago é instantânea, devido a sua alta solubilidade em pH ácido. Sendo assim, o **Iso Whey Transformer G2L**® é digerido essencialmente no intestino delgado, facilitando todas as etapas envolvidas no processo digestivo.

Rápida absorção

Uma vez a matéria-prima utilizada no **Iso Whey Transformer G2L**® sendo naturalmente de rápida digestão, a mesma permite rápida absorção de seus aminoácidos, fazendo com que o pico de aparecimento no sangue ocorra em cerca de 45-60 minutos, disponibilizando-os rapidamente para a musculatura (Moore e cols., 2009; Tang e cols., 2007).

Rica em aminoácidos essenciais

A presença de todos os aminoácidos essenciais, e em distribuição ideal permite que o **Iso Whey Transformer G2L**® apresente alta capacidade de ser utilizado para a

WWW.G2L.COM.BR

Tel.: 11 2206.1874

R. Monte D'Ouro, 240 | V. Mazzei
São Paulo - SP | 02307-230



síntese proteica muscular, aumentando sua eficiência quando comparado com outras fontes proteicas (Tang e cols., 2009).

Portanto...

A soma destes 3 fatores contidos no **Iso Whey Transformer G2L®** confere o máximo de resultados na recuperação muscular quando em comparação a outras proteínas.

Evidências demonstram que as melhores fontes proteicas da alimentação (carnes, ovos, leite e soja) estimulam a síntese proteica muscular (Symons e cols., 2011; Moore e cols., 2009; Tang e cols., 2009; Hartman e cols., 2007), mas variáveis como a velocidade de digestão e absorção do aminoácidos são cruciais para a otimização da reparação tecidual e desenvolvimento muscular (Hartman e cols., 2007), pois não somente a grande quantidade de aminoácidos essenciais é importante, mas sim a sua rápida chegada à musculatura, proporcionando rápido e efetivo sinal anabólico (Tang e cols., 2009).

O leite de vaca, por possuir 20% das suas proteínas na forma de Whey Protein, desponta como a melhor fonte proteica, mas esse percentual é muito baixo (cerca de 1,2 gramas para cada 200ml de leite). Assim, o **Iso Whey Transformer G2L®** surge como a estratégia que facilita o acesso a melhor fonte de proteínas, proporcionando a adaptação muscular mais primorosa, além de ser isento de lactose e com baixíssimo teor de lipídeos. O resultado: aproximadamente meia dose de **Iso Whey Transformer G2L®** é capaz de sustentar a síntese proteica muscular de forma crescente, por pelo menos 5 horas (West e cols., 2011).

O Iso Whey Transformer G2L® é indicado para os consumidores que buscam:

- Produto com baixa concentração de carboidratos, podendo ser consumido por intolerantes a lactose e por quem busca realizar dieta com total controle da ingestão de carboidratos;
- Rápida e fácil digestão;

- Rápida absorção;
- Produto sem gorduras saturadas e colesterol;
- A proteína com o melhor perfil de aminoácidos essenciais;
- Otimização da recuperação muscular;
- Maior anabolismo muscular, tanto em repouso quanto após o exercício físico;
- Complementação da dieta em função de baixa quantidade ou qualidade da proteína consumida (ex: vegetarianos), podendo também ser utilizado como lanches intermediários.

Whey Protein – Aplicação clínica e comprovação de resultados

Frente ao grande número de publicações científicas disponíveis nos últimos anos, o Whey Protein é considerado a melhor fonte de proteínas em vários momentos do dia, podendo seu consumo também ser estrategicamente realizado antes, durante e/ou após a prática do exercício físico. Conheça as principais aplicações:

Após o exercício físico: durante o exercício físico, o músculo aumenta a quebra de suas proteínas, fenômeno este chamado degradação proteica. Assim, a alimentação e a nutrição apresentam alta relevância no período após o exercício físico, pois serão elas as responsáveis por sinalizarem à musculatura para passar da situação catabólica para a anabólica. Esta sinalização se dá a partir da rápida chegada dos aminoácidos essenciais na musculatura, destacando a alta integração entre a leucina com os outros aminoácidos (West e cols., 2011; Tipton e cols., 2007).

Antes do exercício físico: pelo fato de o pico dos aminoácidos no sangue acontecer cerca de 45-60 minutos após o consumo de Whey Protein, sua ingestão no período prévio ao exercício físico permite que os aminoácidos já estejam presentes na musculatura durante e após sua prática, proporcionando resposta anabólica e recuperativa de forma rápida e eficiente. Este resultado se dá a partir da excelente quantidade e distribuição do aminoácidos essenciais, destacando também o papel que a leucina possui no processo de



sinalização do anabolismo muscular (Tipton e cols., 2007).

Durante exercícios de longa duração (resistência): a presença dos aminoácidos essenciais no músculo diminui a degradação de suas proteínas e favorece a reparação e desenvolvimento muscular no período de recuperação (Pasiakos e cols., 2011).

Entre as refeições: para a adequada reparação do tecido muscular, é necessário o fornecimento de proteínas ao longo das 24 horas do dia, visando a constante presença de aminoácidos na musculatura. Essa conduta é fundamental, levando em conta que o exercício físico aumenta a demanda por aminoácidos por pelo menos 48 horas após a sua prática (Phillips e cols., 1997). Assim, o **Iso Whey Transformer G2L®** pode ser facilmente consumido como lanches intermediários, pois é fácil e rápido de ser consumido, bastando simplesmente misturar com sua bebida ou alimento preferidos,

Se seu interesse é redução de gordura corporal, o consumo do **Iso Whey Transformer G2L®** pode contribuir para a diminuição da fome (Bellissimo e cols., 2008; Anderson e cols., 2004) e da glicemia após o consumo de refeições contendo carboidratos (Petersen e cols., 2009). Além disso, o Whey Protein possui as proteínas que mais estimulam seu organismo a gastar energia para metabolizá-las e que mais favorece a queima de gordura (Acheson e cols., 2011), induzindo redução de gordura corporal (Cribb e cols., 2006).

Antes de dormir: atualmente, a fonte proteica preferencialmente consumida antes do sono é a caseína, por apresentar lenta digestão e sustentar o fornecimento de aminoácidos por maior período que o Whey Protein. Entretanto, dados científicos demonstram que a síntese proteica estimulada pelo Whey Protein é 93% e 122% maior que a caseína na situação de repouso e após uma sessão de musculação, respectivamente (Tang e cols., 2009), permanecendo sustentada por pelo menos 5 horas (West e cols., 2011). Assim, o **Iso Whey Transformer G2L®** também pode ser a sua melhor opção antes de dormir. Um único produto para todos os momentos, com resultado máximo!!!

Referências bibliográficas

Acheson KJ, Blondel-Lubrano A, Oguey-Araymon S, Beaumont M, Emady-Azar S, Ammon-Zufferey C, Monnard I, Pinaud S, Nielsen-Moennoz C, Bovetto L. Protein choices targeting thermogenesis and metabolism. *Am J Clin Nutr.* 2011;93(3):525-34.

Anderson GH, Tecimer SN, Shah D, Zafar TA. Protein source, quantity, and time of consumption determine the effect of proteins on short-term food intake in young men. *J Nutr.* 2004;134(11):3011-5.

Bellissimo N, Desantadina MV, Pencharz PB, Berall GB, Thomas SG, Anderson GH. A comparison of short-term appetite and energy intakes in normal weight and obese boys following glucose and whey-protein drinks. *Int J Obes (Lond).* 2008;32(2):362-71.

Moore DR, Tang JE, Burd NA, Rerечich T, Tarnopolsky MA, Phillips SM. Differential stimulation of myofibrillar and sarcoplasmic protein synthesis with protein ingestion at rest and after resistance exercise. *J Physiol.* 2009;587(Pt 4):897-904.

Pasiakos SM, McClung HL, McClung JP, Margolis LM, Andersen NE, Cloutier GJ, Pikosky MA, Rood JC, Fielding RA, Young AJ. Leucine-enriched essential amino acid supplementation during moderate steady state exercise enhances postexercise muscle protein synthesis. *Am J Clin Nutr.* 2011;94(3):809-18.

Petersen BL, Ward LS, Bastian ED, Jenkins AL, Campbell J, Vuksan V. A whey protein supplement decreases postprandial glycemia. *Nutr J.* 2009;8:47.

Phillips SM, Tipton KD, Aarsland A, Wolf SE, Wolfe RR. Mixed muscle protein synthesis and breakdown after resistance exercise in humans. *Am J Physiol.* 1997;273(1 Pt 1):E99-107.



Tang JE, Manolacos JJ, Kujbida GW, Lysecki PJ, Moore DR, Phillips SM. Minimal whey protein with carbohydrate stimulates muscle protein synthesis following resistance exercise in trained young men. *Appl Physiol Nutr Metab.* 2007;32(6):1132-8.

Tang JE, Moore DR, Kujbida GW, Tarnopolsky MA, Phillips SM. Ingestion of whey hydrolysate, casein, or soy protein isolate: effects on mixed muscle protein synthesis at rest and following resistance exercise in young men. *J Appl Physiol.* 2009;107(3):987-92.

Tipton KD, Elliott TA, Cree MG, Aarsland AA, Sanford AP, Wolfe RR. Stimulation of net muscle protein synthesis by whey protein ingestion before and after exercise. *Am J Physiol Endocrinol Metab.* 2007;292(1):E71-6.

West DW, Burd NA, Coffey VG, Baker SK, Burke LM, Hawley JA, Moore DR, Stellingwerff T, Phillips SM. Rapid aminoacidemia enhances myofibrillar protein synthesis and anabolic intramuscular signaling responses after resistance exercise. *Am J Clin Nutr.* 2011;94(3):795-803.

Dados do Produto

Produto	Iso Whey Transformer
Apresentação	Frasco com 900g e 2000g
Registro no Ministério da Saúde	Notificado conforme RDC 27/10
Classificação	Alimento
Classificação Fiscal PIS/COFINS	2106.90.30
IPI	Optante Simples
Caixa de Embarque	Optante Simples
	6 unidades – 900g
	2 unidades – 2000g

Frasco	Dimensão da Embalagem (cm)		Dimensão da Caixa (cm)			Qtde por Caixa
	Diam	Alt	Comp	Larg	Alt	
900g	15,2	24,7	45,9	30,6	25,7	6 unid
2000g	20,4	25,6	41,0	20,6	26,3	2 unid

Produto	Código de Barras Unit.
Baunilha – 900g	7898948532 09 6
Chocolate – 900g	7898948532 10 2
Morango – 900g	7898948532 11 9
Baunilha – 2000g	7898948532 12 6
Chocolate – 2000g	7898948532 13 3
Morango – 2000g	7898948532 14 0

Produto	Código de Barras Caixa de Embarque
Baunilha – 900g	1 789894853209 3
Chocolate – 900g	1 789894853210 9
Morango – 900g	1 789894853211 6
Baunilha – 2000g	1 789894853212 3
Chocolate – 2000g	1 789894853213 0
Morango – 2000g	1 789894853214 7

Recomendação de uso: Adicione 62g (3 medidas e meia) em 350ml de água mineral ou de sua bebida preferida e misture.

“Este produto não substitui uma alimentação equilibrada e seu consumo deve ser orientado por nutricionista ou médico”.



Informação Nutricional

Porção de 62g (3 medidas e meia)

Quantidade por porção

% VD (*)

Valor energético	225kcal - 945kJ	11%
Carboidratos	2,0g	1%
Proteínas	53g	71%
Gorduras Totais	0g	0%
Gorduras Saturadas	0g	0%
Fibra Alimentar	0g	0%
Sódio	119mg	5%
Vitamina C	14mg	31%
Vitamina B1	0,4mg	33%
Vitamina B2	0,4mg	31%
Vitamina B3/PP	5,0mg	31%
Vitamina B6	0,4mg	31%
Vitamina B5	1,6mg	32%
Cálcio	225mg	26%
Ferro	5,0mg	36%
Magnésio	131mg	50%
Zinco	2,2mg	31%
Fósforo	118mg	17%
Selênio	10,5mcg	31%
Cromo	10,9mcg	31%
Potássio	231mg	**

Ferro, Cromo, Zinco, Selênio, Magnésio e Edulcorante (Sucralose).

Ingredientes sabor Morango: Proteína Isolada do Soro do Leite (Whey Protein Isolate), Vitamina C, Vitamina B1, Vitamina B2, Vitamina B3, Vitamina B5, Vitamina B6, Ferro, Cromo, Zinco, Selênio, Magnésio, Aroma Idêntico ao Natural de Morango, Corante Carmim e Edulcorante (Sucralose).

* Valores Diários de Referência com base em dieta de 2000kcal ou 8400kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

** Valores Diários não estabelecidos.

Ingredientes sabor Baunilha: Proteína Isolada do Soro do Leite (Whey Protein Isolate), Aroma Idêntico ao Natural de Baunilha, Vitamina C, Vitamina B1, Vitamina B2, Vitamina B3, Vitamina B5, Vitamina B6, Ferro, Cromo, Zinco, Selênio, Magnésio e Edulcorante (Sucralose).

Ingredientes sabor Chocolate: Proteína Isolada do Soro do Leite (Whey Protein Isolate), Cacau em Pó, Aroma Idêntico ao Natural de Chocolate, Vitamina C, Vitamina B1, Vitamina B2, Vitamina B3, Vitamina B5, Vitamina B6,

O conteúdo científico foi elaborado sob consulta de Murilo Dáttilo - Nutricionista, Especialista em Nutrição Desportiva e Qualidade de Vida, Mestre e Doutor pela Universidade Federal de São Paulo e Consultor Científico da G2L.

WWW.G2L.COM.BR

Tel.: 11 2206.1874

R. Monte D'Ouro, 240 | V. Mazzei
São Paulo - SP | 02307-230