



## AUMENTA LA RESISTENCIA Y LA POTENCIA MUSCULAR

La  $\beta$ -alanina es un aminoácido no esencial de características distintas al resto ya que su posición espacial es beta contrariamente al resto de aminoácidos que tiene posición alfa.

Seguramente debido a su configuración tiene unas propiedades muy interesantes:

- ✘ Su consumo está directamente relacionado con el aumento de la carnosina.  
La carnosina es una sustancia que interviene en la fatiga muscular: su liberación por parte de nuestro organismo favorece el aumento de la resistencia al esfuerzo y cansancio. Al incrementar la presencia de  $\beta$ -alanina se desencadena la producción de carnosina.
- ✘ Ejerce una acción inhibitoria del ácido láctico, mejorando el rendimiento muscular.  
La carnosina generada por el aporte de  $\beta$ -alanina inhibe el efecto del ácido láctico generado.
- ✘ Reduce el stress oxidativo, su efecto antioxidante consigue que el rendimiento se incremente y una recuperación más rápida tras el ejercicio.
- ✘ La  $\beta$ -alanina es un buen regulador del calcio: al incrementar la producción de carnosina, esta provoca una rápida liberación de calcio que a su vez mejora la contracción muscular, favoreciendo la realización del ejercicio durante más tiempo.
- ✘ Protege la degradación de las proteínas causada por el alcohol y otras sustancias perjudiciales.

### INFORMACIÓN DEL PRODUCTO:

#### Ingredientes:

$\beta$ -alanina (85.7%), cápsula [gelatina, colorante (dióxido de titanio)], citrulina, emulgente (sales magnésicas de ácidos grasos), maltodextrina, antiaglomerante (dióxido de silicio).

Cada cápsula contiene 600 mg de  $\beta$ -alanina

#### Recomendación de consumo:

4 cápsulas al día repartidas en 2 tomas, antes del ejercicio.

#### Presentación:

envase con 60 cápsulas.

