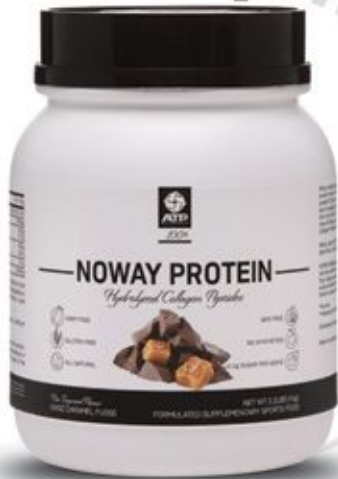


NOWAY PROTEIN

پروتئین نو وی

Hydrolyzed Collagen Peptides



DAIRY FREE

بدون لبنیات



GLUTEN FREE

بدون گلوٹن



ALL NATURAL

کاملاً طبیعی



GMO FREE

بدون هر گونه فرآیند
اصلاح ژنتیکی



NO SYNTHETICS

بدون مواد مصنوعی



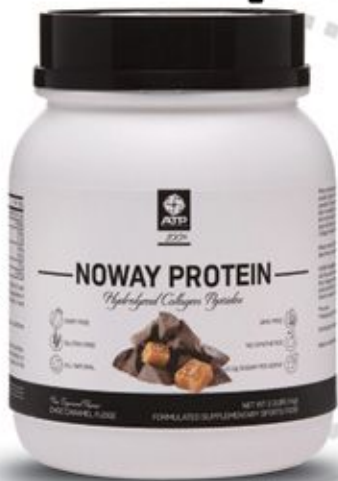
<0.5g SUGAR PER
SERVE

کمتر از ۰/۵ گرم شکر در هر وعده

NOWAY PROTEIN

پروتئین نو وی

Hydrolyzed Collagen Peptides



افزایش تراکم استخوانی

۳/۷۵ برابر قدرت عضلانی نسبت به وی

بازسازی عضلات آسیب دیده

پروتئین کلاژن هیدرولیز شده

تقویت ریشه و فولیکول های مو

هضم راحت و تنظیم گوارش

ماوی گلیسین و پرولین

۳ برابر رشد عضلانی نسبت به وی

کربوهیدرات ناچیز

NOWAY PROTEIN

پروتئین نو وی

Hydrolyzed Collagen Peptides





NOWAY PROTEIN

Hydrolyzed Collagen Peptides

پروتئین نو وی

پروتئین چیست و از چه چیزی تشکیل شده است؟

همه‌ی پروتئین‌هایی که می‌خورید (و پروتئینی که در بدنتان وجود دارد) از واحدهای کوچکی بنام اسیدهای آمینه تشکیل شده‌اند. غالباً اسیدهای آمینه را به عنوان «بخش‌های اساسی سازنده‌ی پروتئین» توصیف می‌کنند، چرا که با گرد هم آمدن این واحدهای کوچک به شکل‌های مختلف، پروتئین بوجود می‌آید.

۲۰ نوع اسید آمینه وجود دارد که با قرار گرفتن در کنار هم، پروتئین‌ها را می‌سازند. نوع پروتئینی که ما می‌خوریم نیز اهمیت زیادی دارد. از میان ۲۰ نوع اسیدهای آمینه‌ای که برای ساختن پروتئین‌ها لازم است، ۹ تا از آنها ضروری نامیده می‌شود که باید از رژیم غذایی تامین شوند، چرا که بدن نمی‌تواند آنها را بسازد.

پروتئین‌هایی که از منابع میوانی تامین می‌شوند، مانند گوشت‌ها، ماهی، مرغ، تخم مرغ، شیر و فرآورده‌های شیری شامل همه‌ی اسیدهای آمینه‌ی ضروری هستند، به همین دلیل به آنها پروتئین‌های کامل می‌گویند.

پروتئین‌های گیاهی در مواد غذایی مانند لوبیا، عدس، آمیل و همه‌ی میوه‌بات غیر از دانه‌های سویا (غذاهای پروتئینی که از سویا بدست می‌آیند مانند توفو، تمپه، شیرسویا یا پودر پروتئین سویا) وجود دارد.

پروتئین‌های گیاهی فاقد یک یا چند اسید آمینه‌ی ضروری هستند، به همین دلیل به آنها پروتئین‌های ناقص گفته می‌شود. گیاه خواران با مصرف انواع مختلف غذاها تلاش می‌کنند تا اسیدهای آمینه‌ی ضروری بدنشان را تامین کنند. غذاهای مختلف شامل پروتئین‌های مختلف هستند، اگرچه همه‌ی آنها از اسیدهای آمینه ساخته شده‌اند. برای مثال، پروتئین موجود در شیر یا ماست، کازئین و پروتئین وی نامیده می‌شود. زمانی که گوشت یا ماهی یا مرغ می‌خورید، در واقع پروتئینی به نام کلاژن و میوزین را می‌خورید. میوه‌بات حاوی پروتئینی بنام لژومین، و تخم مرغ هم حاوی تعداد زیادی پروتئین‌های مختلف از جمله آویدین و آلبومین است.

چرا باید پروتئین مصرف کنیم؟

به دو دلیل خوردن میزان صحیح پروتئین و انواع درست آن بطور روزانه از اهمیت زیادی برخوردار است. اگر در رژیم غذایی دائمی کمبود پروتئین داشته باشید، بدنتان ناچار است شروع به تجزیه‌ی پروتئین‌های داخل بدن کند تا اسیدهای آمینه‌ی مورد نیاز برای تولید مهمترین پروتئین‌های بدن را فراهم کند. در حالی که پروسه‌ی ساختن و تجزیه‌ی بطور دائم در بدن انجام است، این سیستم تا زمانی کارایی دارد که اسیدهای آمینه‌ی کافی از رژیم غذایی به بدن برسد تا این دو فرایند در حالت تعادل باشند.

چه میزان پروتئین باید مصرف کرد؟

مصرف پروتئین برای هر شخص بستگی به میزان و نوع فعالیت آن شخص دارد. به طور مثال: برای بدنسازان فعال این میزان ۲-۱/۸ گرم به ازای هر کیلوگرم وزن بدن است. برای ورزشکاران رشته‌های مقاومتی مثل دوچرخه سواری و استقامتی این میزان ۱/۴-۱/۲ گرم پروتئین است. برای ورزشکاران قدرتی و توانی این میزان ۱/۲ - ۱/۷ گرم به ازای هر کیلوگرم وزن بدن است.

چه زمان هایی می توان پروتئین مصرف کرد؟

صبح ها : بعد از بیدار شدن از خواب میزان نیاز بدن به پروتئین زیاد هست، چون مدت ۶ الی ۱۰ ساعت پس از صرف وعده شام هیچ نوع ماده غذایی وارد بدن نشده و به ممض اینکه پروتئین وارد بدن شود جذب می شود. پس می تواند همراه با صبحانه یک وعده پروتئین مصرف کنید.

قبل تمرین: در مین فعالیت ورزشی خصوصاً بدنسازی باید آمینو اسید (پروتئین) به عضلات برسد تا پروسه رشد عضله انجام شود و افتتالی در آن پیش نیاید.

بعد از تمرین : هر نوع فعالیت جسمانی و تمرین باعث آسیب و تفریب یک سری از نسوج و بافت های عضلانی می شود که با پیشم قابل مشاهده نیست. پروتئین در بازسازی بافت های عضلانی نقش کلیدی دارد. بنابراین اگر پس از تمرین پروتئین وارد بدن شود بسیار مؤثر و تأثیر گذار است. هم از لحاظ ترمیم بافت های آسیب دیده و هم از لحاظ حفظ، تقویت و رشد عضلات.

قبل از خواب : رشد عضلات در هنگام خواب و بخصوص خواب شبانه انجام می گیرید. تحقیقاتی که در سال ۲۰۱۲ انجام شده، بیانگر آن است که مصرف پروتئین قبل از خواب شبانه تأثیر بسزایی بر رشد عضلات دارد. بنابراین یکی از بهترین زمان های مصرف پروتئین قبل از خواب است.

پروتئین کلاژن چیست ؟

در زبان یونانی کلاژن به معنای «تولید کننده چسب» است. این چسب طبیعی در واقع پروتئینی است که فیبرهای سفید پوست، تاندون ها، استخوان ها، غضروف ها و تمام بافت های رابط را تشکیل می دهد. این ترکیب همچنین در مواد ژلاتینی بدن مانند زجاجیه چشم (همان مایع ژله ای مانند و بدون عروق و شفاف کره چشم) نیز وجود دارد. کلاژن مدود ۸۰ درصد وزن بافت های بدن را در بر می گیرد.

سنتر کلاژن توسط سلول های استئوبلاست در استخوان، کندروبلاست در غضروف، ادونتوبلاست در دندان، سلول های ماهیچه صاف در دیواره رگ های قونی و سلول های اپی کلیال نیز انجام می گیرد. ترکیب اسید آمینه تشکیل دهنده کلاژن در بافت های مختلف دارای تفاوت های جزئی است.

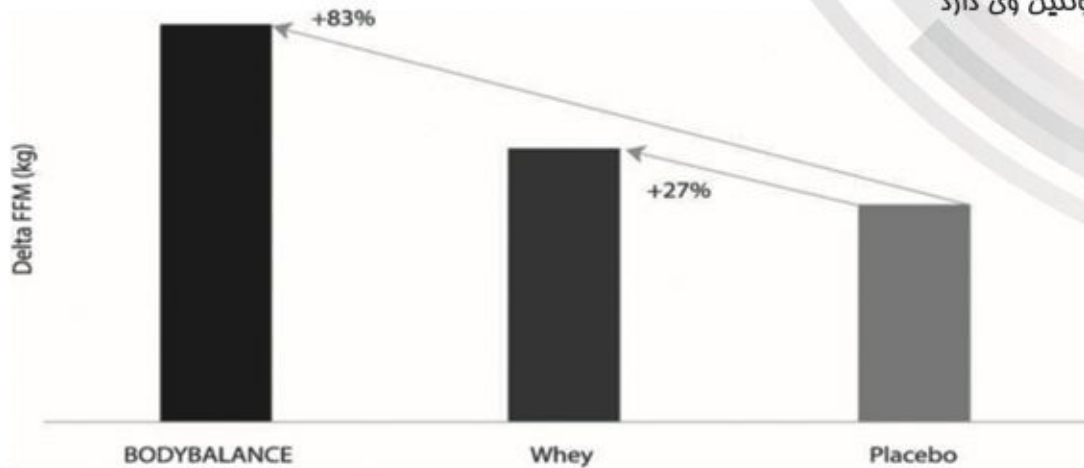
همچنین کلاژن جزو پروتئین های زیست فعال بوده که بسیار رامت هضم است و بدون نیاز به تغییرات زیاد آنزیم های گوارشی به سرعت در دسترس عضلات بدن قرار میگیرند.

کلاژن دارای نقش ها و ویژگی های زیادی در بدن است از جمله :

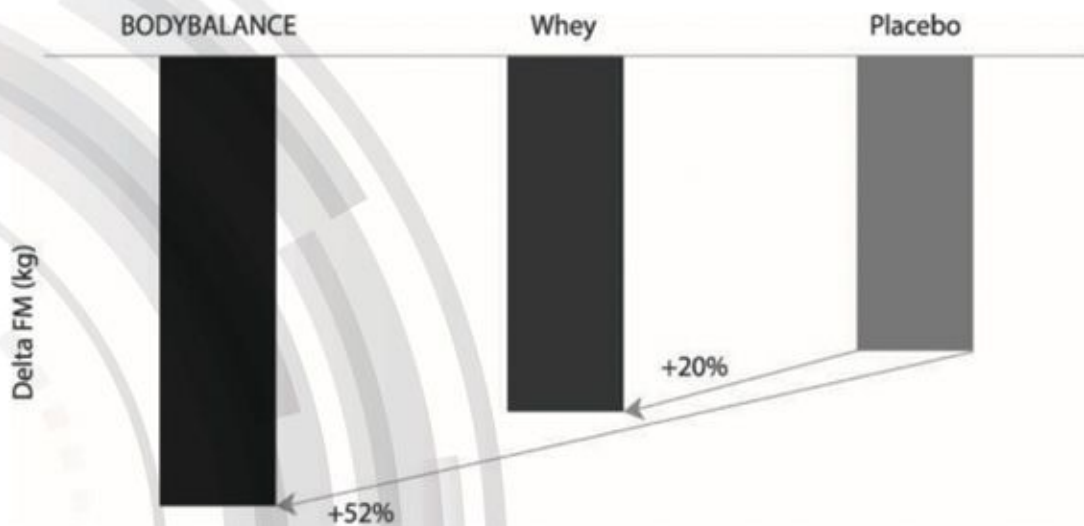
- افزایش تراکم استخوانی و بهبود پوکی استخوان
- افزایش غضروف سازی و کاهش درد در افراد دارای آرتروز و پیشگیری از این عارضه در افراد مستعد مخصوصاً ورزشکاران مرغه ای
- افزایش انعطاف و حرکت مفاصل و بهبود فشکی مفاصل در بیماران مبتلا به آرتریت روماتوئید
- فاصیت ترمیمی و ماده کلیدی برای بازسازی قدرت و انعطاف عضلات آسیب دیده دارد که به بهبود پارگی ها و ریز آسبب های که مین فعالیت ورزشی در بدن رخ می دهد کمک می کند و سرعت ریکاوری بدن را به نصف زمان معمولی می رساند.
- دارای اسید آمینه کلوآمین است که موجب کاهش التهاب های عضلانی و به دنبال آن ریکاوری سریعتر و کمک به تقویت سیستم ایمنی می کند
- دارای اسید آمینه های آرژنین و کلیسین است که مهمترین اسید آمینه های تولید کننده کراتین (مولکولی مهم برای انقباض عضله) هستند که نیاز مصرف کراتین را به صورت جداگانه کاهش می دهد.
- تنظیم قند خون، فشارخون، کلسترول و کراتینین
- جلوگیری از سوزش و زخم معده و ترمیم دیواره روده در بیماران IBS از طریق تنظیم گوارش مواد و فنثی سازی مواد اسیدی در معده
- حفظ سلامت و شادابی پوست از طریق افزایش ترمیم بافت های ارتجاعی زیرین پوست که بر اثر کم آبی هنگام فعالیت ورزشی و عوامل طبیعی دیگر دچار آسیب می شوند.
- رفع سلولیت و ترک های پوستی که به علت نازک شدن پوست نمایان می شوند، از طریق تقویت و ضخیم شدن لایه های بیرونی پوست
- تقویت ریشه و فولیکول های مو
- کمک به استمکام سافتار نافن و دندان ها، همچنین نامیه اتصال لثه و دندان ها
- موجب استمکام بهتر و قوی تر تاندون ها و رباط ها می شود
- مطالعات نشان داده اند مصرف کلاژن موجب بهبود آرتروز می شود

تفاوت پروتئین وی و پروتئین کلاژن

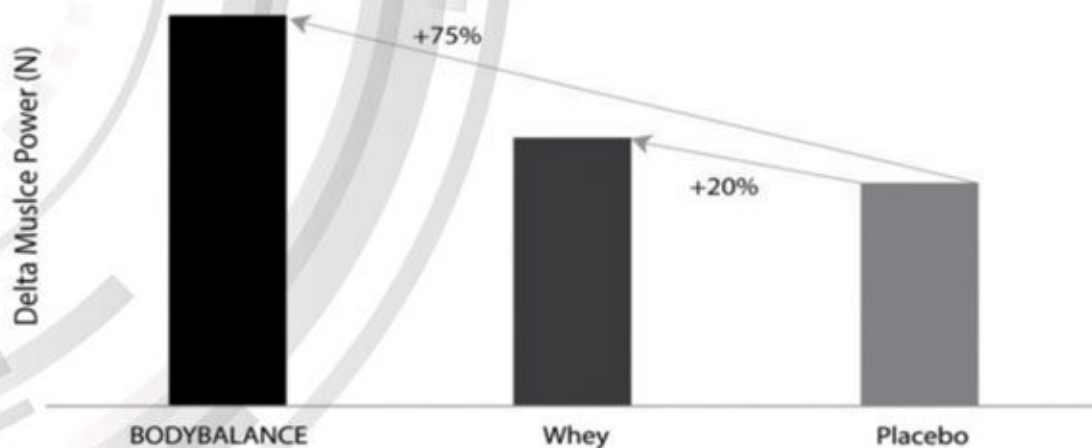
کلاژن ۴۰٪ بیشتر فاصیت سیرکنندگی از طریق ترشح هورمون سیری (لپتین) نسبت به وی، کازئین دارد. بنابراین در افرادی که می‌خواهند کاهش چربی داشته باشند بیشتر کمک می‌کند. مطالعات نشان داده‌اند که مصرف NOWAY، رشد عضلانی ۳ برابر نسبت به پروتئین وی دارد.



مطالعات نشان داده‌اند که مصرف NOWAY، چربی سوزی ۲/۵ برابر در مقایسه با وی دارد.



مطالعات نشان داده‌اند که مصرف NOWAY، ۳/۷۵ برابر قدرت عضلانی بیشتر نسبت به وی دارد.



کلاژن جزو پروتئین‌های زیست فعال است و پروتئین‌های زیست فعال بسیار راحت هضم‌تر نسبت به وی بوده و بدون نیاز به تغییرات زیاد آنزیم‌های گوارشی به سرعت در دسترس عضلات بدن قرار می‌گیرند.

نمونه مصرف

مصرف روزانه ۱۵ گرم - NOWAY BODY
BALANCE بهترین دوز مصرفی پیشنهادی
برای عموم می باشد.

چرا باید پروتئین نو وی ATP Science مصرف کنیم؟

- با توجه به فواید فوق العاده پروتئین کلاژن این پروتئین جایگزین پروتئین وی شده است
- کربوهیدرات بسیار ناچیز در این محصول نسبت به دیگر مکمل های پروتئینی موجب جلوگیری از سافت و تجمع چربی های درون عضلانی اضافی می شود
- میزان کم و استاندارد فیبر موجود در محصول نسبت به بعضی محصولات پروتئینی دیگر موجب هضم بسیار راحت تر و سریعتر شده و از ایجاد نفخ جلوگیری می کند
- نبود گلوتن در این محصول با توجه به عوارضی که گلوتن برای بدن ایجاد میکند مزیتی است برای تمام افراد به ویژه آنانی که مشکلات روده تمریک پذیر، سلولیت و یا حساسیت به گلوتن دارند
- وقتی پپتید های کلاژن جذب و اسید آمینه ها تجزیه می شوند، آرژنین می تواند از طریق روده ها جذب شود که آرژنین:
- موجب رگ کشایی ناشی از نیتریک اکساید در مویرگ های عضلانی می شود
- موجب سنتز کراتین و بازسازی آن می شود
- در سنتز پروتئین مشارکت می کند
- دارای سطح بالایی از کلاپسین می باشد که کلاپسین:
- با همکاری آرژنین باعث سنتز کراتین می شوند
- با همکاری هیدروکسی پرولین موجب سنتز بافت پیوندی می شوند

جدول ارزش غذایی

Nutritional Information (62.6 serves)

AMOUNT	Per Serve (15.97g scoop)	Per 100g
Energy	239kJ (57 Cal)	1501kJ (358 Cal)
Protein	15.01g	93.97g
Fats Total	0.10g	0.63g
Saturated	0.10g	0.63g
Carbohydrates	0.63g	3.96g
Sugar	0.46g	3.0g
Dietary Fibre	0.10g	0.62g
Sodium	5.98mg	37.45mg