

WHEY PROTEIN ISOLADA (WPI)

Descrição do produto

Whey Protein Isolada (WPI) é uma proteína isolada de soro do leite com atributos funcionais essenciais para aplicação em produtos alimentícios e suplementação nutricional.

É um produto em pó, de coloração creme, com teor mínimo de 90% de proteínas e teor máximo de 1.3% de gorduras (base seca).

Pesquisas recentes demonstram sua grande aplicabilidade no esporte, com possíveis efeitos sobre a síntese proteica muscular esquelética, redução da gordura corporal, assim como na modulação da adiposidade, e melhora do desempenho físico. Estudos envolvendo a análise de seus compostos bioativos evidenciam benefícios para a saúde humana. Entre esses possíveis benefícios destacam-se seus efeitos hipotensivo, antioxidante e hipocolesterolêmico.

Ingredientes

Soro do leite isolado. CONTÉM LEITE E TRAÇOS DE SOJA.

Informação Nutricional

Informação Nutricional (100 g)	
Calorias (kcal)	380
Gorduras totais	0,8 g
Gorduras saturadas	0,2 g
Gorduras poli-insaturadas	0,2 g
Gorduras moinsaturadas	0,2 g
Gorduras trans	0,05 g
Colesterol	10 mg
Carboidratos totais	2,58 g
Fibras	1,2 g
Açúcares	0,46 g
Proteínas	89,22 g
Cálcio	415 mg
Sódio	249 mg
Potássio	551 mg
Magnésio	80 mg
Ferro	0,4 mg
Fósforo	208 mg

Perfil de aminoácidos (100g)	
Ácido Aspártico	9,7 g
Treonina	6,3 g
Serina	3,9 g
Ácido Glutâmico	15,6 g
Glicina	1,4 g
Alanina	4,5 g
Valina	5,4 g
Isoleucina	6,0 g
Tirosina	2,5 g
Fenilalanina	2,6 g
Histidina	1,5 g
Lisina	8,2 g
Arginina	1,8 g
Prolina	5,1 g
Cistina	1,9 g
Metionina	1,9 g
Triptofano	1,7 g

Características

Sabor e odor lácteo característico.

Manipulação

A formulação com Whey Protein Isolada não necessita de excipiente, somente a adição de flavorizante e edulcorante.

Edulcorantes como Aspartame, Sucralose, Acesulfame podem ser triturados e previamente misturados ao whey protein.

Vantagens

- Certificações Kosher e Halal
- Excelente dispersibilidade e capacidade de mistura
- Excelente valor nutritivo
- Solúvel em uma ampla faixa de pH
- Sabor suave

Concentração recomendada

As recomendações de proteína isolada do soro do leite variam de acordo com as necessidades nutricionais de cada indivíduo, sendo mais frequente encontrar-se na faixa de 0,8 a 2 g/kg de peso para adultos.

Efeitos colaterais

O uso sem orientação profissional de suplementação de proteína de soro de leite pode causar alguns efeitos adversos, principalmente nas funções renal e hepática. O acompanhamento profissional deve ser feito.

Referências Bibliográficas

1. Material do Fabricante.
2. HARAGUCHI, Fabiano Kenji; ABREU, Wilson César de and PAULA, Heberth de. Proteínas do soro do leite: composição, propriedades nutricionais, aplicações no esporte e benefícios para a saúde humana. Rev. Nutr. [online]. 2006, vol.19, n.4, pp.479-488. ISSN 1678-9865. <https://doi.org/10.1590/S1415-52732006000400007>
3. Vasconcelos QDJS, Bachur TPR, Aragão GF. Whey protein supplementation and its potentially adverse effects on health: a systematic review. Appl Physiol Nutr Metab. 2021 Jan;46(1):27-33. doi: 10.1139/apnm-2020-0370. Epub 2020 Jul 23. PMID: 32702243.

Última atualização: 27/04/2021 CMS

