



TOP WHEY 3W MAIS NATURAL

WHEY PROTEIN

Whey Protein (WP) é a proteína do soro do leite, um subproduto extraído da fabricação de queijos e é um dos suplementos mais utilizados por atletas¹, atualmente é considerado um alimento funcional².

TOP WHEY 3W®

Contém três tipos de proteína do soro do leite: concentrada (WPC), isolada (WPI) e hidrolisada (WPH), com 65% concentração proteica de alto valor biológico, fornece 26g de proteína em 40g de produto, 6g de aminoácidos de cadeia ramificada (BCAAs), 12.8g de aminoácidos essenciais (EAA) e ≤ 80mg de sódio.

TOP WHEY 3W® MAIS NATURAL

A **TOP WHEY 3W®** foi eleita pelo público 7x a melhor proteína nacional e agora a linha **Mais Natural** apresenta aromas, corantes e edulcorantes naturais (estevia e taumatina) nos deliciosos sabores: **Cacau**, feito com o próprio cacau; **Café com Leite**, elaborado com café solúvel e o sabor **Morango**, utilizando o aroma da própria fruta.

PROPRIEDADES WP

Apresenta propriedades funcionais devido as concentrações elevadas de proteínas como: alfa-lactoalbumina, beta-lactoglobulina, imunoglobulinas e glicomadropéptídeos². A figura 1 destaca alguns benefícios da suplementação com whey protein.

PROPRIEDADES DO CACAU

O cacau é derivado de sementes do fruto *Theobroma cacao* e contém polifenóis como os flavonóides (FLs) epicatequina, catequinas e procianidinas⁶. Os FLs protegem contra o stress oxidativo, inflamação, podem melhorar a sensibilidade à insulina e o perfil lipídico⁷.

PROPRIEDADES DO CAFÉ

O café é uma das bebidas mais consumidas no mundo, presente no **TOPWHEY3W**, em uma dose de 40g de produto equivale há ¼ de uma xícara de café coado. O café é um membro da família Rubiaceae, fonte de compostos fenólicos como os ácidos clorogênicos; 3-O-ácido cafeoilquinico (3-CQA), 4-O-ácido cafeoilquinico (4-CQA) e 5-O-ácido cafeoilquinico (5-CQA), recentemente, uma meta-análise demonstrou a associação inversa entre o consumo de café e mortalidade por todas as causas, cardiovascular e câncer⁸. Os compostos bioativos do café inibem a lipogênese de novo, promovem oxidação lipídica e induzem a autofagia, reduzindo a esteatose dos hepatócitos. Os ácidos clorogênicos reduzem o stress oxidativo aumentando a expressão do fator nuclear eritroide 2 relacionado ao fator 2(Nrf2)⁹.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

- Devries, M. C. & Phillips, S. M. Supplemental protein in support of muscle mass and health: Advantage whey. *J. Food Sci.* **80**, A8-A15 (2015).
- Mignone, L. E. Whey protein: The "whey" forward for treatment of type 2 diabetes? *World J. Diabetes* **6**, 1274 (2015).
- Fekete, ÁA, Giromini C, G. DI. Whey protein lowers blood pressure and improves endothelial function and lipid biomarkers in adults with prehypertension and mild hypertension: results from the chronic Whey2Go randomized. *Am. J. cl* 1534-1544 (2016). doi:10.3945/ajcn.116.137919.Am
- Mollahosseini, M., Shab-Bidar, S., Rahimi, M. H. & Djafarian, K. Effect of whey protein supplementation on long and short term appetite: A meta-analysis of randomized controlled trials. *Clin. Nutr. ESPEN* **20**, 34-40 (2017).
- Josse, A. R. & Phillips, S. M. Impact of milk consumption and resistance training on body composition of female athletes. *Acute Top. Sport Nutr.* **59**, 94-103 (2012).
- Santos, H. O. & Macedo, R. C. O. Cocoa-induced (Theobroma cacao) effects on cardiovascular system: HDL modulation pathways. *Clin. Nutr. ESPEN* **27**, 10-15 (2018).
- Decroix, L., Soares, D. D., Meeusen, R., Heyman, E. & Tonoli, C. Cocoa Flavanol Supplementation and Exercise: A Systematic Review. *Sport. Med* **48**, 867-892 (2018).
- Grosso, G. et al. Coffee consumption and risk of all-cause, cardiovascular, and cancer mortality in smokers and non-smokers: a dose-response meta-analysis. *Eur. J. Epidemiol.* **31**, 1191-1205 (2016).
- Salomone, F., Galvano, F. & Volti, G. L. Molecular bases underlying the hepatoprotective effects of coffee. *Nutrients* **9**, 1-13 (2017).

CURIOSIDADE:

VOCÊ SABIA QUE SÃO NECESSÁRIOS 400-450KG DE LEITE PARA OBTER 1KG DE WPC E 200 LITROS DE SORO DE LEITE PARA PRODUZIR 1KG DE WPI?

FIGURA 1. BENEFÍCIOS DO CONSUMO WHEY PROTEIN^{3,4,1,5}



INFORMAÇÃO NUTRICIONAL TOP WHEY 3W - CAFÉ COM LEITE 900G

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL			
Porção de 40 g	Quantidade por porção	7 a 10 anos %VD*	Adultos %VD*
Valor energético	156 kcal = 655 kJ	8%	8%
Carboidratos	8,6 g	3%	3%
Proteínas	26 g	76%	52%
Gorduras totais	1,9 g	3%	3%
Gorduras saturadas	1,2 g	5%	5%
Gorduras trans	0 g	-	-
Fibra alimentar	0,6 g	0%	0%
Sódio	85 mg	4%	4%

AMINOGRAMA			
Alanina	1422 mg	-	-
Arginina	795 mg	-	-
Ácido aspártico	3134 mg	-	-
Cisteína	712 mg	-	-
Ácido glutâmico	5175 mg	-	-
Glicina	532 mg	-	-
Histidina	535 mg	-	-
Isoleucina	1824 mg	-	-
Leucina	3128 mg	-	-
Lisina	2360 mg	-	-
Metionina	661 mg	-	-
Fenilalanina	957 mg	-	-
Prolina	1857 mg	-	-
Serina	1548 mg	-	-
Treonina	2.099 mg	-	-
Triptofano	514 mg	-	-
Tirosina	864 mg	-	-
Valina	1701 mg	-	-

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.
- Valor Diário não estabelecido.

INGREDIENTES:

Proteína concentrada do soro do leite (WPC), proteína isolada do soro do leite (WPI), proteína hidrolisada do soro do leite (WPH), café solúvel, emulsificante lecitina de soja* e edulcorantes taumatina e glicosídeos de esteviol (stevia).

NÃO CONTÉM GLÚTEN.

*Utilizada na fabricação da proteína do soro do leite com a função de deixar o produto instantâneo (fácil diluição).

LACTOSE: CONTÉM.

ALÉRGICOS: CONTÉM DERIVADOS DE LEITE E SOJA. PODE CONTER DERIVADOS DE OVO.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL TOP WHEY 3W - CACAU 900G

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL			
Porção de 40 g	Quantidade por porção	7 a 10 anos %VD*	Adultos %VD*
Valor energético	156 kcal = 655 kJ	8%	8%
Carboidratos	9 g	3%	3%
Proteínas	26 g	76%	52%
Gorduras totais	1,8 g	3%	3%
Gorduras saturadas	1,1 g	5%	5%
Gorduras trans	0 g	-	-
Fibra alimentar	0,6 g	2%	2%
Sódio	73 mg	3%	3%

AMINOGRAMA			
Alanina	1245 mg	-	-
Arginina	719 mg	-	-
Ácido aspártico	2.806 mg	-	-
Cisteína	676 mg	-	-
Ácido glutâmico	4.542 mg	-	-
Glicina	486 mg	-	-
Histidina	426 mg	-	-
Isoleucina	1.600 mg	-	-
Leucina	3.000 mg	-	-
Lisina	2.634 mg	-	-
Metionina	607 mg	-	-
Fenilalanina	794 mg	-	-
Prolina	1.675 mg	-	-
Serina	1.405 mg	-	-
Treonina	1.918 mg	-	-
Triptofano	427 mg	-	-
Tirosina	736 mg	-	-
Valina	1.443 mg	-	-

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.
- Valor Diário não estabelecido.

INGREDIENTES:

Proteína concentrada do soro do leite (WPC), proteína isolada do soro do leite (WPI), proteína hidrolisada do soro do leite (WPH), cacau alcalino, aromatizantes, emulsificante lecitina de soja* e edulcorantes taumatina e glicosídeos de esteviol (stevia).

NÃO CONTÉM GLÚTEN.

*Utilizada na fabricação da proteína do soro do leite com a função de deixar o produto instantâneo (fácil diluição).

LACTOSE: CONTÉM.

ALÉRGICOS: CONTÉM DERIVADOS DE LEITE E SOJA. PODE CONTER DERIVADOS DE OVO.



AMINOÁCIDOS DE CADEIA RAMIFICADA



AUXILIAM NA FORMAÇÃO DOS MÚSCULOS

**Aminoácidos naturalmente presentes nas proteínas do produto.



AMINOÁCIDOS DE CADEIA RAMIFICADA



AUXILIAM NA FORMAÇÃO DOS MÚSCULOS

**Aminoácidos naturalmente presentes nas proteínas do produto.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL TOP WHEY 3W - MORANGO 900G

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL			
Porção de 40 g	Quantidade por porção	7 a 10 anos %VD*	Adultos %VD*
Valor energético	155 kcal = 651 kJ	8%	8%
Carboidratos	8 g	3%	3%
Proteínas	26 g	76%	52%
Gorduras totais	2,1 g	4%	4%
Gorduras saturadas	1,2 g	5%	5%
Gorduras trans	0 g	0%	0%
Fibra alimentar	0 g	0%	0%
Sódio	78 mg	3%	3%

AMINOGRAMA			
Alanina	1245 mg	-	-
Arginina	719 mg	-	-
Ácido aspártico	2.806 mg	-	-
Cisteína	676 mg	-	-
Ácido glutâmico	4.542 mg	-	-
Glicina	486 mg	-	-
Histidina	426 mg	-	-
Isoleucina	1.600 mg	-	-
Leucina	3.000 mg	-	-
Lisina	2.634 mg	-	-
Metionina	607 mg	-	-
Fenilalanina	794 mg	-	-
Prolina	1.675 mg	-	-
Serina	1.405 mg	-	-
Treonina	1.918 mg	-	-
Triptofano	427 mg	-	-
Tirosina	736 mg	-	-
Valina	1.443 mg	-	-

* % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.
- Valor Diário não estabelecido.

INGREDIENTES:

Proteína concentrada do soro do leite (WPC), proteína hidrolisada do soro do leite (WPH), proteína isolada do soro do leite (WPI), emulsificante lecitina de soja*, aromatizantes, corantes naturais: carmim e urucum, acidulante ácido cítrico e edulcorantes glicosídeos de esteviol (stevia) e taumatina.

NÃO CONTÉM GLÚTEN.

*Utilizada na fabricação da proteína do soro do leite com a função de deixar o produto instantâneo (fácil diluição).

LACTOSE: CONTÉM.

ALÉRGICOS: CONTÉM DERIVADOS DE LEITE E SOJA. PODE CONTER DERIVADOS DE OVO.

COMO UTILIZAR



Para o preparo de uma porção, misture 40g (2 dosadores) do produto em 150mL (1 copo) de sua bebida preferida (água gelada, leite desnatado, etc).



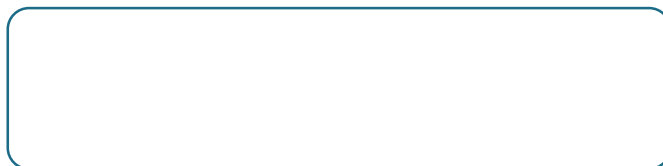
AMINOÁCIDOS DE CADEIA RAMIFICADA



AUXILIAM NA FORMAÇÃO DOS MÚSCULOS

**Aminoácidos naturalmente presentes nas proteínas do produto.

OBSERVAÇÕES



MAXTITANIUM.COM.BR
WWW.MAXTITANIUMNUTRICA0.COM.BR

16 99744 3198
consultor@maxtitanium.com.br

