

Be levels

# KETO SPORT

INFORME DE PRODUCTO



LEVELS

SPORT

# KETO SPORT

330G | 15 SHOTS

SCIENTIFICALLY TESTED

# ÍNDICE

**03**

¿Para qué sirve?

¿Para quién es?

**04**

¿Cuáles son sus beneficios?

Uso recomendados

**05**

Ingredientes

**06**

Información nutricional

**07**

Incluído/No incluidó

Patentes y sellos de calidad

Investigación y desarrollo

**08**

Resultados esperados

Preguntas frecuentes

**10**

Referencias bibliográficas

## 1. ¿PARA QUÉ SIRVE?

Be Levels KETO SPORT es un complemento nutricional pre-entreno diseñado para las personas que siguen un estilo de vida activo, como por ejemplo atletas de endurance. Es especialmente útil para aquellas personas que tienen una alimentación baja en carbohidratos y/o azúcares, o cetogénica, y que necesitan apoyo para promover la producción de cetonas. Los minerales y aminoácidos presentes en esta fórmula compensan las pérdidas durante el entrenamiento físico pudiendo aumentar el rendimiento del atleta. Se trata de un producto integral para todas aquellas personas que no quieren comer carbohidratos antes de cualquier entrenamiento deportivo de resistencia y/o larga.



## 2. ¿PARA QUIÉN ES?

Be Levels KETO SPORT está especialmente diseñado para deportistas que quieren ganar flexibilidad metabólica a favor de la utilización de grasas como fuente de energía.

También para evitar las posibles deficiencias y perjuicios en la salud que podrían aparecer en las personas que llevan una alimentación baja en carbohidratos o cetogénica junto a un estilo de vida muy activo.

Indicado para personas que quieren mejorar su composición corporal y que no quieren optar por un pre e intraentreno que contenga azúcares y carbohidratos en general.

## 3. ¿CUÁLES SON SUS BENEFICIOS?

### Mejorar el desempeño y rendimiento deportivo

Aporta los sustratos energéticos que se van a gastar durante la actividad. Evita déficits de minerales y aporta los aminoácidos esenciales. Útil como suplemento pre-entreno en cualquier modalidad deportiva.

### Ideal para después del entrenamiento

Se trata de un suplemento deportivo que te aporta energía (limpia, rápida, constante y prolongada), y estimula la síntesis proteica gracias a sus aminoácidos.

### Suministra la energía necesaria

Evita el agotamiento y el catabolismo muscular derivado de la falta de sustratos. También optimizar la entrada de sustratos energéticos a la célula. Esto es gracias a los minerales añadidos.

### Mejora en el metabolismo de las grasas y carbohidratos

Debido a su aporte en triglicéridos de cadena media y Acetil L-carnitina. Ésto contribuye a obtener una mejor recomposición corporal.

## 4. USO RECOMENDADO



Una dosis (2 cazos = 22 g) disuelta en 250 ml de agua.



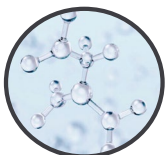
Tomarlo antes de hacer ejercicio físico.



Energía Keto para tus entrenamientos.

## 5. INGREDIENTES

### • INGREDIENTES PRINCIPALES



#### **Fórmula aminoácidos esenciales (L-leucina, L-lisina, L-isoleucina , L-valina, L-histidina, L-finilalanina, , L-tronina, L-triptófano, L-metionina)**

La fórmula contiene los principales aminoácidos en su máximo grado de biodisponibilidad que garantizan una correcta absorción de los nutrientes, la reparación de los tejidos corporales y la transmisión de la contracción muscular y mantenimiento del equilibrio de ácidos y bases del organismo.



#### **Triglicéridos de cadena media (MCT) (Delios®)**

Suplemento cetogénico, permite la obtención de energía de forma rápida, evitando la digestión intestinal de los ácidos grasos. Estos triglicéridos de cadena media (MCT) son una fuente de energía de fácil absorción. Favorecen la termogénesis, y el exceso de energía proporcionado por las grasas en forma de triglicéridos de cadena media no se almacena eficazmente como grasa, por lo que se 'quema'.



#### **Acetil L-carnitina**

Es una molécula que funciona como transportador de ácidos grasos hacia las mitocondrias, las cuales se encargan de la producción de energía de las células. Entre sus propiedades tenemos que; activa el metabolismo aeróbico de los hidratos de carbono, mejora la eficiencia en la utilización del oxígeno, especialmente para los que hacen cardio, aumento de receptores de andrógenos que resulta en una mayor recuperación y un aumento de la masa muscular después de un entrenamiento intenso.



#### **Magnesio (Mg) (26,66% VRN\*), Bisglicinato de magnesio (Albion®)**

Contribuye a mejorar el bienestar del organismo en diferentes aspectos. Hemos añadido el magnesio a la fórmula para compensar la pérdida que se va a dar durante el entrenamiento ya que el magnesio es esencial de cara a la contractilidad muscular. Suele recomendarse a personas que practican deportes, aquellas que tienen un trabajo bastante físico, o personas muy activas, puesto que el magnesio es un componente esencial para el correcto funcionamiento del sistema muscular. Por tanto, niveles adecuados de magnesio pueden ayudarles a sentirse más enérgicos y a aliviar la fatiga. El consumo de bisglicinato de magnesio es idóneo para personas que quieran evitar calam-

bres musculares, ya que contribuye al equilibrio electrolítico

## • INGREDIENTES SECUNDARIOS

### Potasio (K), Gluconato de potasio

El potasio mantiene el equilibrio de los líquidos en el organismo, conduce el impulso nervioso a través de los nervios, regula el ritmo cardíaco, la presión arterial, etc. El gluconato de potasio es la sal potásica que se forma por la combinación del potasio con ácido glucónico. Éstos pueden ayudar a mantener el equilibrio electrolítico y a mantener la presión arterial en niveles normales. Además, la utilización de bebidas recuperadoras con potasio acelera la rehidratación y favorecen la retención del agua en el interior de las células. Por último, el potasio contribuye a mantener el funcionamiento normal del sistema nervioso y de los músculos. Un adecuado nivel de potasio es necesario para garantizar un buen rendimiento deportivo y para que las contracciones musculares tengan lugar de forma correcta.

### Sodio (Na), citrato sódico

Se trata de un electrolito que posee importantes funciones en la regulación de las concentraciones de los medios acuosos fisiológicos. Nuestros músculos y nervios lo necesitan para funcionar correctamente. Interviene en; la regulación de la presión arterial y el volumen sanguíneo forma parte de los huesos, participa en el equilibrio osmótico (concentración de sustancias dentro y fuera de las células), colabora en la permeabilidad de las membranas, esencial para la contracción muscular, e interviene en la transmisión nerviosa.

## 6. INFORMACIÓN NUTRICIONAL

NUTRITION FACTS   INFORMACIÓN NUTRICIONAL	Per 22 g   Por 22 g	% NRV*   % VRN*
Essential Amino Acid Formula   Formula de aminoácidos esenciales	10g	
L-leucine   L-leucina	2,5g	
L-lysine   L-lisina	2,25g	
L-valine   L-valina	1,35g	
L-isoleucine   L-isoleucina	1,25g	
L-threonine   L-treonina	1,15g	
L-phenylalanine   L-fenilalanina	1g	
L-methionine   L-metionina	250mg	
L-tryptophan   L-triptófano	150mg	
L-histidine   L-histidina	100mg	
Medium Chain Triglycerides (MCT)   Triglicéridos de Cadena Media (MCT)	5g	
Acetyl L-Carnitine   Acetil L-Carnitina	1g	
Sodium   Sodio	250mg	
Magnesium   Magnesio	100 mg	26,7%

## 7. INCLUIDO / NO INCLUIDO

No contiene alérgenos (Según ley 2003/89 y modificaciones posteriores).  
Sin gluten.

## 8. PATENTES Y SELLOS DE CALIDAD

Bisglicinato de zinc (Albion®)  
Triglicéridos de cadena media (MCT) (Delios®)

## 9. INVESTIGACIÓN Y DESARROLLO

**Seguridad y normativa:** Nuestra primera prioridad es garantizar la seguridad de nuestros clientes: nuestros productos sólo contienen ingredientes que cumplan con la FDA y la AMA.

**Transparencia y etiqueta:** Sin mezclas patentadas. Siempre declaramos los ingredientes exactos, la cantidad y la pureza respaldados por certificados de análisis de terceros (COA) para validar que los productos han sido probados y coinciden con las etiquetas.

**Investigación activa:** Contribuimos al cuerpo del conocimiento científico mediante la investigación interna y la colaboración con instituciones de investigación externas. Compartimos y/o publicamos todos los resultados notables de los estudios que conciernen a nuestros productos o al ingrediente o ingredientes.

**Impulsado por datos, no dogma:** Estamos abiertos a reevaluar nuestros productos y protocolos recomendados a medida que surjan nuevos datos. Esto significa agregar o eliminar ingredientes o rutinas, actualizar los procesos de fabricación, modificar la forma en que describimos nuestro producto y/o eliminar los productos por completo.

**Medida personal:** Estamos a punto de presentar protocolos para probar y medir la eficacia de los productos Be Levels de forma individual. Un ensayo clínico en una cohorte de humanos, incluso cuando muestra significancia estadística, no garantiza el efecto en un individuo específico.

**Clasificación de la evidencia:** Compartimos pleno conocimiento de nuestra comprensión de los efectos de los productos Be Levels y sus ingredientes. Específicamente, indicamos el grado de evidencia que sustenta los productos Be Levels.

## 10. RESULTADOS ESPERADOS

Ideal para consumir durante el transcurso de una actividad física, y de esta manera ir reponiendo todos los nutrientes y agua perdidos durante el ejercicio. Este complemento puede mostrar su eficacia desde su primera toma, y en todas las posteriores. Es de rápida absorción para esos momentos clave en la vida del deportista en que se necesita mayor rendimiento y flexibilidad metabólica.

## 11. PREGUNTAS FRECUENTES

**¿Por qué este producto de Be Levels es mejor que otros de la misma categoría?**

Es un complemento que aporta energía y nutrientes imprescindibles para el rendimiento deportivo y la posterior recuperación del organismo tras un evento exigente, además no se apoya en excitantes, cafeínas o excipientes e ingredientes o aditivos innecesarios.

Cuenta con materias primas de calidad en proporciones meramente suficientes. Nuestra fórmula no contiene azúcares añadidos y ha sido elaborada por nuestros nutricionistas.

**¿Cómo me hará efecto el producto? ¿Cuándo sentiré algo?**

Entre 5-10 minutos los nutrientes son absorbidos por el organismo proporcionando las ventajas mencionadas.

**¿Debo consumirlo todos los días?**

Dependerá de tu entrenamiento e intensidad. Se puede consumir todos los días en que se haga ejercicio físico,

**¿Rompe el ayuno?**

Sí, ya que contiene aminoácidos y ácidos grasos.

**¿Lo puedo tomar junto con los batidos Keto Powder o Vegan Keto Powder?**

Sí. Son compatibles.

**¿Durante cuánto tiempo puedo tomarlo?**

En los momentos que por requerimientos deportivos o dietéticos pueda venirte bien para suplir las posibles carencias.

**¿Qué cantidad debo de tomar?**

22gr en 1 vaso de agua o 250mL. Se presenta en sobres monodosis de 22g. Bolsa de 330 g. para 15 tomas.

**¿En qué momento del día tengo que tomarlo? ¿Puedo acompañarlo de comidas?**



Se toma antes de los entrenamientos. Pero también puede tomarse durante o justo después. Aunque no tendría contraindicación, no tiene mucho sentido tomarlo con comida.

## **¿Por qué debo incluir este producto en mí día a día? ¿Qué beneficios me aportará?**

Keto Sport nace para responder a las necesidades de atletas que no quieren depender de grandes cantidades de glucosa ni de carbohidratos dietéticos, y sobre todo que entrenan en deportes de alta demanda energética, como el endurance y muchos deportes aeróbicos de larga distancia, como triatletas o maratonianos. Es ideal para personas que estén siguiendo una dieta baja en carbohidratos, o una dieta cetogénica y quieran complementar para conseguir más energía respetando sus macronutrientes, y además añadiendo minerales que necesita toda persona con tales exigencias deportivas.

## **¿Puedo tomarlo con otros suplementos?**

No hay contraindicación salvo recomendación médica.

## **¿No sería suficiente solo con la alimentación?**

Para rendir correctamente como deportista y tener salud es necesario e imprescindible llevar un buen estilo de vida, esto conlleva una buena planificación deportiva, correcto descanso y una buena dieta a base de vegetales integrales. Lamentablemente con el ritmo de vida actual no siempre es posible cumplirlo todo correctamente, y por eso es interesante contar con ayudas como KETO SPORT. Si además estás siguiendo un protocolo nutricional diferente a las necesidades normales puede ayudarte a alcanzar los niveles de energía y micronutrientes que pueden verse comprometidos.

## **¿Cómo se si debo tomar este producto?**

Si tu objetivo es mejorar el rendimiento deportivo. Si tu alimentación es carente/ baja de alimentos o nutrientes implicados en el rendimiento deportivo, como es el aporte de carbohidratos, se convierte en una ayuda clave en tus entrenos o si necesitas energía extra para tu rendimiento.

## **En caso de patologías o situaciones complejas, ¿puedo tomarlo?**

Be Levels keto sport está hecho a base de ingredientes íntegramente naturales y, aunque no existen contraindicaciones en su toma, si presentas alguna patología grave debe estar supervisada por un profesional sanitario. Nuestra recomendación es que lo tomes bajo su consejo médico y profesional.

## 12. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

### • MCT (DELIOS)

Liu, Y. C. (2013b). Medium-chain triglyceride ketogenic diet, an effective treatment for drug-resistant epilepsy and a comparison with other ketogenic diets. PubMed. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23515148/>

### • WHEY PROTEIN ISOLATE VS // AMINOACIDOS ESENCIALES:

Kreider, R. B. (s. f.-b). Amino acid supplementation and exercise performance. Analysis of the proposed ergogenic value. PubMed. Recuperado 11 de octubre de 2021, de <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/8235192/>

### • LEUCINA

The use of nutritional supplements to induce ketosis and reduce symptoms associated with keto-induction: a narrative review. (2018). PubMed Central (PMC). <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5858534/>

### • ALCAR

The use of nutritional supplements to induce ketosis and reduce symptoms associated with keto-induction: a narrative review. (2018b). PubMed Central (PMC). <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5858534/>