



L-carnitina 1000mg 30 cpr COSMOPHARM

Transforma grasimile in energie. Creste performanta fizica si masa musculara.

L-Carnitina 1000 mg este un produs destinat celor care doresc sa obtina o forma fizica optima intr-un timp mai scurt.

Ce este L-carnitina

Carnitina este un aminoacid care se gaseste in aproape toate celulele corpului. Numele sau este derivat din latinescul „carnus” sau „carne”, deoarece compusul a fost izolat de carne.

Aminoacidul este concentrat in tesuturi, cum ar fi muschiul scheletic si cardiac, care utilizeaza acizi grasi ca energie.

L-carnitina este sintetizata in ficat din aminoacizi esentiali precum lizina si metionina. Apoi, fluxul sanguin transporta acizii grasi cu lant lung in mitocondrii catre muschii cardiaci si scheletici, care se bazeaza pe L-carnitina pentru oxidarea acidului gras.

Rinichii pot stoca, de asemenea, L-carnitina pentru utilizare ulterioara si pot elimina excesul prin fluxul de urina.

L-carnitina pentru slabit

L-carnitina reduce acumularea deseurilor metabolice in timpul exercitiului fizic si a stresului oxidativ cauzat de activitatea sportiva in exces. Mai mult, L-carnitina imbunatateste rezistenta prin inhibarea acumularii de acid lactic, una dintre cauzele principale ale oboselii musculare.

Deoarece L-carnitina ajuta la trimiterea acizilor grasi in mitocondrii pentru a fi arse si transformate in energie, aminoacidul sustine arderea grasimii si pierderea in greutate. Intrucat produce energie, atletii administreaza L-carnitina pentru a imbunatati anduranta si performanta sportiva (mai ales daca este administrata alaturi de cofeina sau creatina).

Datorita efectului sau benefic asupra reducerii durerilor musculare si a grabirii recuperarii, suplimentarea cu L-carnitina ajuta la cresterea masei si fortei musculare.

Iar datorita capacitatii sale de a imbunatati actiunea insulinei asupra celulelor musculare, L-Carnitina ajuta la mentinerea nivelului scazut de glucoza.

Un studiu asupra persoanelor cu diabet zaharat de tip 2 a indicat faptul ca suplimentele de carnitina au redus semnificativ nivelul de zahar din sange si au crescut nivelul unei enzime cheie numita AMPK, care imbunatateste capacitatea corpului de a utiliza carbohidrati.

De ce sa iei L-carnitina

Pe langa cresterea andurantei si imbunatatirea recuperarii fizice, L-carnitina protejeaza ficatul, nervii periferici, stimuleaza procesele metabolice, produce energie si are rol antioxidant. Aminoacidul este important pentru functia inimii si a creierului.

Cea mai buna L-carnitina

Carnitina este termenul generic pentru o serie de compusi care includ L-carnitina, acetil-L-carnitina si propionil-L-carnitina.

Acetil L-carnitina, cunoscuta sub numele de ALCAR, joaca un rol esential in protejarea sistemului nervos, in timp ce Propionil-L-carnitina prezinta proprietati antireumatice si imbunatateste sanatatea inimii.

L-carnitina L-tartrat este cea mai buna L-carnitina pentru slabit: forma bioactiva a aminoacidului L-carnitina, ajuta in metabolismul lipidelor, transforma grasimile si tesuturile adipoase in energie si contribuie la pierderea in greutate prin reducerea masei de grasime.

L-carnitina tartrat este utila pentru a minimiza durerile musculare, ajuta la recuperarea fizica dupa antrenamente si reduce febra musculara.

Cine poate sa ia L-carnitina

L-carnitina tartrat 1000 mg este ideala pentru atleti, sportivi amatori, cei care doresc sa isi creasca performanta sportiva si in cure de slabire.

Aminoacidul este esential pentru vegetarieni si vegani, intrucat acestia nu beneficiaza de o cantitate suficienta de L-carnitina.

Cata L-carnitina ar trebui sa iau pentru a slabi sau a construi musculatura?

Doar 1 comprimat de L-carnitina 1000 mg administrata inainte de un antrenament este eficienta pentru a obtine beneficii maxime si rezultate rapide.

L-carnitina: contraindicatii

L-carnitina administrata pe cale orala este sigura atunci cand este luata pe o perioada de pana la 12 luni. Consumul in exces de l-carnitina rareori poate provoca reactii adverse precum arsuri de stomac, de aceea se recomanda administrarea impreuna cu o masa bogata in carbohidrati si proteine.

EFACTE SI BENEFICII

Cure de slabire si activitate sportiva. Creste masa musculara.

Esentiala in curele de slabire si in perioadele de antrenament fizic intens;

Ajuta la cresterea masei musculare si la mentinerea stabilitatii acesteia;

Ajuta la scaderea in greutate prin transformarea grasimii in energie;

Contribuie la refacerea rapida a muschilor suprasolicitati sau accidentati;

Stimuleaza procesele metabolice si energetice;

L-Carnitina are rol esential in transportul acizilor grasi cu lant lung in mitocondrii (trigliceride), unde sunt transformati in energie.

Important in sanatatea oaselor. Intareste imunitatea.

L-Carnitina ajuta la cresterea densitatii osoase;
Intareste sistemul imunitar;
Inhiba reactiile alergice si creste rezistenta organismului.

Creier sanatos. Inima puternica. Alunga starea de oboseala si stresul

L-Carnitina 1000 reduce starea de oboseala si astfel prelungeste durata si intensitatea efortului fizic sau intelectual

Este recomandat persoanelor varstnice pentru buna functionare a creierului;
Are efect antioxidant, protector asupra nervilor periferici;
Reduce colesterolul si trigliceridele;
Fortifica aparatul cardiovascular;
Este o sursa importanta de energie pentru muschiul cardiac;
L-Carnitina mareste rezistenta la efort a pacientilor cu angina pectorala.

Sanatatea rinichilor, ficatului si a pancreasului

Compenseaza cantitatile de L-Carnitina care nu mai sunt produse de rinichi in mod natural;
Ajuta la detoxifierea organismului;
Este considerat un antidot al acidului valproic (produs chimic prezent in numeroase medicamente antidepresive, anticonvulsive etc);
L-Carnitina creste sensibilitatea la insulina;
Protejeaza ficatul si stimuleaza procesele metabolice;
Contribuie la buna metabolizare a glucozei in celule.

Infertilitatea la barbati

L-Carnitina 1000 ajuta la imbunatatirea cantitatii si calitatii spermei

INDICATII

Suplimentul alimentar L-Carnitina 1000 mg este recomandat in:

Stimularea cresterii masei musculare si performantelor fizice.
Scaderea in greutate, cure de slabire
Febra musculara
Recuperarea fizica
Distrofii musculare.
Afectiuni cardiovasculare: insuficienta cardiaca, angina pectorala, infarct, aritmie ventriculara, cardiomiopatie.
Boli hepatice: steatoza hepatica, ciroza.
Diabet
Hipercolesterolemie, hipertrigliceridemie
Insuficienta renala, la pacientii aflati sub dializa
Anorexie nervoasa.
Asociat tratamentului HIV/SIDA.
Infertilitate masculina.

PRECAUTII

A se administra cu prudenta femeilor insarcinate, care doresc sa ramana insarcinate sau care alapteaza. Nerecomandat persoanelor alergice la oricare dintre ingrediente.

ADMINISTRARE

MOD DE UTILIZARE: Adulti: 1 comprimat filmat pe zi.

COMPOZITIE

Ingrediente active/comprimat filmat (1650 mg):

Tartrat de L-Carnitina

1000 mg

Nu contine alergeni, coloranți, arome artificiale, conservanți, zahăr, sodiu, gluten/ grâu, crustacee/pește, ouă, alune/nuci, soia, lactoză. Zero calorii.