

CREATINA

EL COMBUSTIBLE DE POTENCIA MUSCULAR.



¿QUÉ ES Y ORIGEN?

La forma más pura y respaldada por la ciencia. **Es el suplemento más investigado y con mayor evidencia de eficacia para el rendimiento.** Se almacena como Fosfocreatina en el músculo.

MECANISMO CENTRAL

Actúa como la reserva energética inmediata. Cuando el ATP se agota durante el ejercicio explosivo (levantamiento, sprint), la Fosfocreatina dona un fosfato para regenerar ATP al instante, permitiendo más repeticiones o mayor potencia.

Nombre de SKU: Creatina

Categoría: Nutrición Deportiva

Origen: Alemania

Usos: Energía como Fosfato para ATP

Respaldo G&G

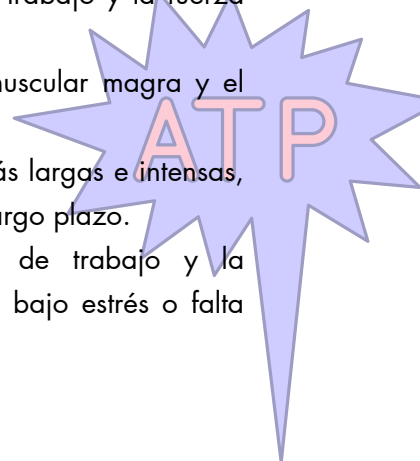
Proveemos Monohidrato de Creatina de calidad **Pharma**, con certificación de pureza.

Nuestro enfoque en la Creatina garantiza la mejor experiencia de consumo y eficacia.

Creatine

BENEFICIOS CLAVE PARA EL CONSUMIDOR

- 1. Fuerza Máxima:** Aumenta la capacidad de trabajo y la fuerza en ejercicios de alta intensidad.
- 2. Hipertrofia:** Facilita el aumento de masa muscular magra y el volumen celular (hidratación).
- 3. Rendimiento en Repetición:** Permite series más largas e intensas, lo que se traduce en mayores ganancias a largo plazo.
- 4. Potencial Cognitivo:** Mejora la memoria de trabajo y la velocidad de procesamiento, especialmente bajo estrés o falta de sueño.



DOSIS TÍPICA DIARIA

Dosis de Mantenimiento: 3 g a 5 g por día, de forma continua.

Fase de Carga (Opcional): 20 g al día (4 tomas de 5g) durante 5-7 días, seguido de mantenimiento.

CONSIDERACIONES DE FORMULACIÓN

Idealmente debe ser Monohidrato de Creatina para asegurar una solubilidad superior en polvos (sin dejar residuos arenosos en el fondo del vaso). Se recomienda consumir con carbohidratos simples para optimizar la absorción (efecto de la insulina).

G&G INGREDIENTES: SU SOCIO PARA LA INNOVACIÓN EN NUTRICIÓN

La calidad de sus productos comienza con la calidad de sus materias primas.

En G&G Ingredients, no solo proveemos ingredientes competitivos en el mercado (Astaxantina de alta potencia, Betaína TMG, Creatina Micronizada), sino que trabajamos en conjunto con usted para el desarrollo y optimización de sus fórmulas.

¡DESARROLLEMOS SU PRÓXIMO PRODUCTO LÍDER!

Contáctenos hoy para agendar una sesión de consultoría y solicitar las muestras gratuitas que necesita para probar y validar sus prototipos.



Correo: contacto@ggingredients.com



Teléfono: +52 33 4088 2565



Página Web: <https://www.ggingredients.com>