



# AIM ProPeas™



ProPeas proporciona una fuente vegetal de proteína sin azúcar hecha de guisantes que ayuda a alcalinizar el cuerpo y controlar el peso al aumentar la sensación de saciedad, estimular el metabolismo y mantener la masa muscular magra.

## ¿Por qué es especial ProPeas?

- La proteína vegetal promueve un equilibrio de pH saludable
- Mejora la circulación y la absorción de calcio
- Vegano certificado, sin gluten y sin OMG
- Sin azúcar

## Enfoque

Como componente esencial de cada célula, la proteína es necesaria para muchas funciones importantes del cuerpo, incluida la producción de enzimas y hormonas y la construcción y reparación de tejidos. Esto hace que la proteína sea un nutriente vital para la buena salud y fisiología.

El cuerpo humano necesita una cantidad significativa de proteínas en relación con los micronutrientes como las vitaminas y los minerales, como las grasas y los carbohidratos, la proteína es un macronutriente. Sin embargo, la diferencia de los otros dos, el cuerpo no puede almacenar proteínas.

La proteína diaria mantiene el cuerpo sano al construir, mantener y reemplazar los tejidos que forman los músculos, los órganos y el sistema inmunológico.

## ProPeas: Proteína vegana

ProPeas es un complemento necesario para cualquier dieta, ya que proporciona alimentos saludables derivados de guisantes no transgénicos y sin gluten que son ricos en proteínas. También son saludables debido a sus aminoácidos selectos, alto contenido de hierro y sin grasas trans ni colesterol. La fuente de proteína verde de ProPeas ayuda a equilibrar el pH natural del cuerpo.

El proceso de purificación para producir ProPeas incluye una filtración de membrana limpia, que requiere solo agua para filtrar la proteína del guisante. No se utilizan productos químicos agresivos ni disolventes.

## Comparaciones de suplementos de proteínas

Los guisantes no son un alérgeno importante. La soja y el suero se encuentran entre los nueve alérgenos alimentarios prioritarios que representan el 90 por ciento de las reacciones alérgicas.<sup>1</sup>

## Beneficios y características importantes

- Ayuda a controlar el peso
- Ayuda a desarrollar y mantener músculos sanos
- Aumenta la energía y la resistencia.
- Proporciona una sensación de plenitud (saciedad)
- Aumenta el metabolismo

Los procesos habituales de cultivo de la soja pueden resultar problemáticos. Los Estados Unidos es uno de los países más indulgentes con respecto a los organismos modificados genéticamente (OMG). En 2013, el 93 por ciento, o 9 de cada 10 cultivos de soja, contenían OGM.<sup>2</sup>

La soja también tiene un alto contenido de grasas, y la eliminación de estas grasas para crear un concentrado de proteínas requiere el uso de solventes como el hexano, por ejemplo. Además, para producir un aislado de proteína, la soja debe someterse a un proceso de calentamiento que produce furano, una toxina cancerígena comprobada.<sup>3</sup>

El suero es un subproducto de la producción de queso y las personas alérgicas a la leche deben evitarlo. Además, las proteínas animales contienen grandes cantidades de cisteína y metionina, dos aminoácidos con alto contenido de azufre que tienen un efecto ácido en la sangre. ProPeas es bajo en aminoácidos acidificantes.

## ProPeas Aminoácidos

Los aminoácidos que utiliza nuestro cuerpo son esenciales (debemos consumirlos en nuestra dieta) o no esenciales (nuestro cuerpo puede producirlos).

Los aminoácidos esenciales en ProPeas incluyen leucina, isoleucina, valina y lisina. Se ha demostrado que benefician el crecimiento y el desarrollo humanos, el rendimiento deportivo y la recuperación del estrés. Los aminoácidos de cadena ramificada (BCAA) – leucina, isoleucina y valina – son vitales para retrasar la degradación muscular relacionada con la edad mediante el mantenimiento de la masa muscular.



## Leucina

Retrasa la pérdida de tejido muscular relacionada con la edad al aumentar la síntesis de proteínas musculares. A medida que envejecemos, la capacidad del cuerpo para absorber y sintetizar proteínas disminuye, lo que resulta en la pérdida de masa muscular con el tiempo.

## Isoleucina

Aumenta la resistencia y la energía mientras ayuda a reparar los músculos y ayuda en la recuperación muscular.

## Valina

Repara los tejidos, aumenta la energía y regula el azúcar en sangre (que puede ayudar a perder peso) y la función cerebral.

## Lisina

Componente vital para la absorción de calcio y el desarrollo óseo.

## Control de peso

ProPeas reduce el apetito porque se digiere lentamente. Aun así, ProPeas sigue siendo un 98 por ciento digerible. Mantiene la masa muscular, aumentando la capacidad de quemar calorías.

La proteína tiene el potencial de controlar el peso de tres maneras: aumentando la sensación de plenitud (saciedad), aumentando la tasa metabólica y ayudando en el mantenimiento de la masa muscular magra.

**1 Saciedad** - De los tres macronutrientes (proteínas, grasas y carbohidratos), las proteínas son las que más tardan en digerirse en el estómago, lo que produce una sensación de saciedad. Esto puede prevenir el consumo excesivo de calorías, una de las principales causas de obesidad.

**2 Tasa metabólica** - Un metabolismo más rápido puede resultar de un consumo adecuado de proteínas. El metabolismo es el proceso por el cual nuestro cuerpo convierte los alimentos en energía o los almacena en forma de grasa. Cuanto mayor sea su tasa de metabolismo, más grasa quemará. La proteína aumenta el metabolismo haciendo que el cuerpo trabaje más durante la digestión. Su cuerpo usa más calorías para digerir proteínas que para digerir carbohidratos o azúcares. Esto fortalece los procesos metabólicos del cuerpo.

**3 Masa muscular magra** - Cuando aumenta la ingesta de proteínas, el cuerpo puede crear músculo de forma más rápida y sencilla. Cuanto más músculo magro tenga una persona, más calorías quemará de forma natural. Por lo tanto, si la masa muscular aumenta debido al consumo de proteínas, una persona podría perder peso sin un cambio drástico en su ingesta calórica habitual.

Cabe señalar que las proteínas y la fibra son ideales para ayudar a controlar el peso. AIM Herbal Fiberblend® y AIM Fit 'n Fiber® promueven la pérdida de peso como fuentes saludables de hierbas y fibra que brindan sensación de saciedad. Pruebe el paquete de pérdida

## Cómo usar ProPeas

- Mezcle 1 cucharada en 8 oz (240 ml) de agua, bebida fría o batido. Use de 1 a 4 cucharadas al día (según el nivel de actividad).
- Se utiliza mejor para: asistencia para perder peso, recuperación después del ejercicio, desayunos saludables, un suplemento proteico o meriendas.

de peso AIM (5856E) –ProPeas (x2), Fit 'n Fiber y Gluco-Chrom – para descubrir un nuevo yo más delgado.

## Preguntas frecuentes

### ¿ProPeas puede ayudarme a desarrollar músculo?

Sí, ProPeas proporciona aminoácidos para el desarrollo muscular, como lisina, leucina, isoleucina y valina esenciales. Además, la proteína de arveja baja en grasa es una de las proteínas vegetales más fáciles de digerir, con una tasa de digestión del 98 por ciento, por lo que su cuerpo usa casi toda su ingesta para desarrollar músculo magro.

### ¿ProPeas puede ayudarme a perder peso?

La investigación presentada en The Protein Book por Lyle McDonald ha demostrado que la proteína de guisante se digiere lentamente, por lo que te ayuda a sentirte más lleno durante un período de tiempo más largo. Cada porción de ProPeas contiene 12 gramos de proteína, digeridos a razón de 2.9 gramos por hora. Eso significa que se necesitan más de cuatro horas para digerir una porción de ProPeas. Además de digerirse lentamente, la proteína de guisante también aumenta el metabolismo corporal. Por cada caloría de proteína ProPeas que consume, quema el 25 por ciento durante la digestión, lo que aumenta el metabolismo general del cuerpo.

† Este producto está libre de sustancias deportivas prohibidas por la Agencia Mundial Antidopaje (AMA).

1. Center for Food Safety and Applied Nutrition. *What You Need to Know about Food Allergies*. [www.fda.gov/food/buy-store-serve-safe-food/what-you-need-know-about-food-allergies](http://www.fda.gov/food/buy-store-serve-safe-food/what-you-need-know-about-food-allergies). Healthline. 10 Evidence-Based Health Benefits of Magnesium. [www.healthline.com/nutrition/10-proven-magnesium-benefits](http://www.healthline.com/nutrition/10-proven-magnesium-benefits).
2. Acosta, Luis. "Restrictions on Genetically Modified Organisms: United States." *Restrictions on Genetically Modified Organisms: United States* | Law Library of Congress, 1 Mar. 2014, [www.loc.gov/law/help/restrictions-on-gmos/usa.php](http://www.loc.gov/law/help/restrictions-on-gmos/usa.php).
3. Center for Food Safety and Applied Nutrition. "Furan." *U.S. Food and Drug Administration, FDA*, [www.fda.gov/food/chemicals/furan](http://www.fda.gov/food/chemicals/furan).

## Distribuido exclusivamente por: