

PALATINOSE™

Den passende mængde energiforsyning er en vigtig faktor, for både den fysiske og den mentale formåen, - særligt atleter er meget opmærksomme på dette. For at yde optimalt, har musklerne brug for en passende mængde af brændstof i form af kulhydrater. For blot få år tilbage var den almindelige opfattelse, at det blot var et spørgsmål om mængden af kulhydrater som var vigtig. I dag ved vi, at det også er vigtigt, hvilke slags kulhydrater som indtages. Vi har opdaget forskellen mellem "hurtige" og hurtigt optagelige kulhydrater, og de mere avancerede "langsomme" og den over-længere-tid afgivende energi forsyning af kulhydrater.

Det funktionelle kulhydrat Palatinose™ (Isomaltulose) har særlige egenskaber: Som det eneste fuldstændigt optagelige og lav-glykæmiske kulhydrat, som giver kroppen en direkte kilde af glucose, Palatinose™ (Isomaltulose), hvorved kroppen får en vedvarende, og længerevarende forsyning af "kulhydrat energi. Palatinose™ (Isomaltulose) har et glykæmiske index på 32 . Grundet en meget stærk molekyle sammensætning mellem fructose molekylet og glucose molekylet, sker optagelsen ind i kroppen trin for trin, langsommere og over en længere tidsperiode. Derved undgår man store udsving i blodsukkerets niveauer og på denne måde bliver energien udnyttet mere effektivt. Dette i modsætning til de store udsving, der kan måles efter indtagelse af høj-glykæmisk og hurtige kulhydrater.

Kulhydrater er ikke den eneste kilde til energi. Afhængig af hvilken slags aktivitet og hvor stor en intensitet, får vores muskler deres energi ikke bare fra kulhydrater, men i stort omfang også fra fedt af forskellig art. I modsætning til den begrænsede kulhydrat optagelse, som afhænger af den den fysiologiske belastning, kan kroppen kun lagre energi svarende til en til to timers fysisk træning med udgangspunkt i fedtreserverne. Fedtreserverne, selv hos toptrænede atleter, er næsten ubegrænsede, når vi taler om energi til udholdenheds aktiviteter. For at opretholde en optimal udholdenhed forsøger atleterne oftest at spare på deres kulhydrat reserver og istedet bruge af fedtdepoterne. Det gør de for at have så meget så muligt at tære på, uden at risikere en negativ påvirkning på

deres resultater. Evnen til at forbrænde fedt, og energien herfra effektivt, er overordnet set ligeså vigtigt for en atlets udholdenhed. Videnskabelige studier indenfor sportsmedicin har påvist at Palatinose™ (Isomaltulose) kan være et positivt bidrag til at øge evnen til øget fedtforbrænding.