



**PhytoQuant**  
**SPORT**



MISE EN CONDITION

## QuantaGluta

### Glutamine 100% naturelle

Pour les sportifs, l'intégrité de la paroi intestinale est essentielle pour le maintien des performances. Ingrédient fortement absorbé par l'organisme lors des efforts intenses, il est important de fournir régulièrement de la glutamine au corps afin qu'il puisse en reconstituer ses stocks. En plus de ses fonctions sur le système immunitaire, la glutamine participe à la synthèse des protéines et à la production d'énergie.

### Propriétés reconstructrices

Lors d'un effort physique intense, nos cellules musculaires consomment d'importantes quantités de glutamine. Outre la perte au niveau des tissus musculaires, on constate souvent une régénération incomplète des muscles.

Lorsque le corps manque de glutamine, il va puiser dans la réserve musculaire, entraînant une dégradation des tissus. Dès que le corps dispose à nouveau d'une quantité suffisante de glutamine, la masse musculaire peut de nouveau se reconstituer.

Grâce à ses propriétés reconstructrices, la glutamine est un complément alimentaire idéal en période de stress (physique comme mental), en cas d'efforts physiques intensifs.

### Propriétés de croissances

Le rôle de la glutamine va cependant bien au-delà de la simple reconstruction. Elle est indispensable au développement cellulaire et est le combustible le plus important de notre système immunitaire. Elle stimule la synthèse du glycogène dans le foie et les muscles. De plus, elle réduit l'acidité musculaire après l'effort physique.

La glutamine contribue aussi au bon équilibre du taux d'azote. La glutamine n'étant pas un acide aminé essentiel, le corps est capable de la produire. Cependant, un apport supplémentaire en glutamine permet de réduire efficacement les risques de déchirures musculaires.

### AVANTAGES

- Équilibre de la fonction de la muqueuse intestinale
- Participe à la synthèse des protéines
- Participe à la production d'énergie
- Nourrit les entérocytes (cellules de la muqueuse) pour le maintien de la barrière qui assure l'assimilation des nutriments
- Maintien de la muqueuse pour protéger du milieu extérieur

### CONSEILS D'UTILISATION

2 à 4 gélules par jour avec un grand verre d'eau avant ou pendant les repas.