

# Overdrive®

## Suplemento Alimenticio

### DESEMPEÑO ATLÉTICO ÓPTIMO



#### Posicionamiento del Producto

OverDrive® aporta una mezcla de vitaminas del complejo B, antioxidantes, minerales, enzimas proteolíticas y electrolitos para que el organismo se encuentre en condiciones óptimas antes de hacer ejercicio y también al terminar, cuando el músculo se recupera después de una sesión extenuante de ejercicio.

#### Concepto

La nutrición es esencial para lograr un buen rendimiento al hacer un deporte. Durante el ejercicio se consumen mayores cantidades de algunos nutrimentos y se excretan otros en el sudor.

OverDrive® está formulado para aportar estos nutrimentos antes del ejercicio, y después para una mejor recuperación. Las vitaminas del complejo B que contiene se requieren para una mejor producción de energía, pero con el ejercicio intenso se pueden eliminar a través del sudor, por ello se suplementan antes y después de ejercitarse.

OverDrive® también contiene electrolitos, puesto que éstos se excretan en el sudor durante el ejercicio.

Después del ejercicio intenso, el cuerpo pasa por un proceso de recuperación muscular. Durante este proceso, aumenta la cantidad de radicales libres que el cuerpo produce, por lo que el suplemento contiene antioxidantes para neutralizar el exceso de radicales libres.

#### Principales Beneficios

- Incluye las vitaminas del complejo B que pueden excretarse en el sudor durante el ejercicio intenso.
- Los antioxidantes que contiene son extracto de semilla de uva, bioflavonoides cítricos y quercetina.
- Contiene n-acetil cisteína, un aminoácido que el cuerpo requiere para generar su propio antioxidante, el glutatión.
- Aporta magnesio, que se pierde a través del sudor.

#### ¿Qué hace único al producto?

- Los nutrientes que contiene actúan durante diferentes etapas del ejercicio y la recuperación muscular.

- No contiene estimulantes, ni esteroides, ni precursores de esteroides.
- No contiene ningún ingrediente prohibido por el Comité Olímpico Internacional

#### ¿Quién debe usar este producto?

OverDrive® está diseñado para personas activas, para quienes con frecuencia participan en actividades atléticas, competencias deportivas, o para tener más energía.

#### ¿Sabía qué?

- La fuente de energía preferida para que los músculos obtengan energía antes y después del ejercicio son los carbohidratos.
- Sus músculos son más receptivos a recuperar el glucógeno almacenado en la primera hora después de hacer ejercicio.
- Los libros de nutrición deportiva recomiendan ingerir de 50 a 100 gramos (200 a 400 calorías) de carbohidratos después de hacer ejercicio fuerte.

#### Preguntas frecuentes

*P. ¿Qué hacen los antioxidantes de OverDrive®?*

R. Cuando se hace ejercicio intenso el cuerpo aumenta su velocidad de respiración y por lo tanto la oxidación es mayor, lo que genera el estrés oxidativo y peroxidación lipídica. Los antioxidantes de OverDrive® protegen al cuerpo de esta sobreoxidación.

*P. ¿Qué hacen las vitaminas del complejo B y el cromo en OverDrive®?*

R. Las vitaminas del complejo B son cofactores imprescindibles para la producción de energía. Son esenciales para la dieta porque el cuerpo no puede producirlas. Durante el ejercicio, necesitamos mayor cantidad de vitaminas del complejo B pues se requiere mayor producción de energía. Además, después del ejercicio, éstas se excretan fácilmente, por lo que es necesario aportarlas en la alimentación o por medio de un suplemento alimenticio. El cromo es un mineral esencial, que el cuerpo también requiere y no puede sintetizar y que participa en la producción de energía.

# Overdrive®

## Suplemento Alimenticio - DESEMPEÑO ATLÉTICO ÓPTIMO

P. ¿Qué hacen las enzimas proteolíticas en OverDrive®?

R. Hay evidencia que las enzimas proteolíticas son importantes para la recuperación muscular.

P. ¿Es seguro tomar OverDrive®?

R. En la cantidad recomendada, OverDrive® es seguro para tomar.

### Estudios Clave

1. Sjodin B, Hellsten-Westling Y, Apples FS. Biochemical mechanisms for oxygen free radical formation during exercise. *Sports Med*, 1990;10:236-254.
2. Niermann DC. Exercise, infection, and immunity. *Int J Sports Med*, 1994;15(Suppl 3):S131-S141.
3. Hertmann A, Niess AM, Gruner-Fuchs et al. Vitamin E prevents exercise-induced DNA damage. *Mutat Res*, 1995;246:195-202
4. Deitrick RE Oral proteolytic enzymes in the treatment of athletic injuries :a double-blind study. *The Pennsylvania Journal*, 1965; 68:35-37.
5. Rathgeber WF, B. Ch. MB. The use of proteolytic enzymes (Chymoral) in sporting injuries. *SA Medical Journal*, 13 February 1971, pp. 181-183.

### Declaración Nutricional

Tamaño de la porción: una tableta

Numero de porciones por envase: 60

Contenido Energético.....	0 kJ (0 kcal)
Proteína.....	0 g
Grasa (lípidos).....	0 mg
Carbohidratos (hidratos de carbono).....	0 mg
Sodio.....	7 mg
Ácido pantoténico (d-pantotenato de calcio).....	5 mg
Selenio (l-seleniometionina).....	35 µg
Cromo (quelato de cromo).....	100 µg
Bromelaina (Extracto de piña, <i>Ananas sativus</i> ).....	50mg
Papaína (Extracto de papaya, <i>Carica papaya</i> ).....	50 mg
Bioflavonoides cítricos (Citrus spp).....	50 mg
Vitamina C (ascorbato de calcio).....	300 mg

Extracto de sal de mar.....	50 mg
Vitamina E (d-alfa-tocoferol succinato).....	75 mg
Papaína (Extracto de papaya, n-acetil-l-cisteína.....	20 mg
Tiamina (tiamina).....	750 µg
Quercetina.....	12,5 mg
Riboflavina.....	850 µg
Extracto de semilla de uva ( <i>Vitis vinifera</i> )..	2,5 mg
Vitamina B6 (clorhidrato de piridoxina).....	1 mg
Folato (ácido fólico).....	100 µg
Vitamina B12 (cianocobalamina).....	3 µg
Magnesio (aspartato, óxido, estearato).....	60 mg
Beta caroteno (beta caroteno, Dunalliella salina).....	1,5 mg

### Ingredientes

Vitamina C, Vitamina E, gelatina, magnesio (aspartato, óxido,estearato), bromelaina, papaína, complejo de bioflavonoides cítricos, extracto de sal de mar, N-acetil-l-cisteína, d-pantotenato de calcio, extracto de semilla de uva, betacaroteno, clorhidrato de piridoxina, riboflavina, tiamina, ácido fólico, cromo, selenio, cianocobalamina, carboximetilcelulosa de sodio, dióxido de silicio, maltodextrina.

### Instrucciones de Uso

Tomar las cápsulas con un vaso de agua una hora antes del ejercicio de acuerdo al siguiente cuadro. Tome una o dos cápsulas una hora después del ejercicio.

Duración del ejercicio	Peso en Kg		
	45.5 - 72.5	72.6 - 88.5	más de 88.6
1/2 - 1 hora	1	1 - 2	1 - 2
1 - 2 horas	1 - 2	2	2
2 - + horas	2 - 3	3	3 - 4

Para personas con fatiga: tomar de una a tres cápsulas según el grado de agotamiento.

### Advertencia

Mantenga el producto fuera del alcance de los niños. Las mujeres embarazadas o en período de lactancia, así como las personas con padecimientos médicos conocidos, deberán consultar con un médico antes de comenzar a tomar suplementos alimenticios.