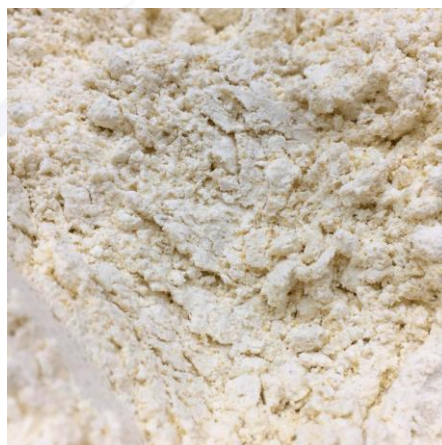


Proteína do Arroz à 80

Descrição

As proteínas possuem um papel fundamental no crescimento, já que muitas delas desempenham papel estrutural nas células, isto é, são componentes da membrana plasmática, das organelas dotadas de membrana, do citoesqueleto dos cromossomos etc. E para produzir mais células é preciso mais proteína. Sem elas não há crescimento normal. O arroz é uma importante fonte de calorias e proteínas na alimentação de mais da metade da população mundial. Apresenta, entre os cereais, maior digestibilidade, maior valor biológico e a mais



Informações Técnicas Página 2 de 8 elevada taxa de eficiência proteica.

O Brasil tem um consumo anual per capita equivalente a 45kg de arroz em casca, que o torna responsável por 12,5% a 25,4% do total de calorias e de 8,4% a 16,9% das proteínas ingeridas pela população. Os carboidratos são representados basicamente pelo amido, o qual se acha presente na forma de amilose e amilopectina, responsáveis por muitas das propriedades do arroz cozido. As suas proteínas encontram-se distribuídas em todos os tecidos do grão, apresentando maior concentração no embrião e aleurona. No endosperma, a sua concentração diminui da periferia para o centro. As proteínas do arroz são constituídas de glutelinas (68 a 72%), globulinas (12 a 17%), albuminas (10 a 12%) e prolaminas (2 a 3%). As glutelinas encontram-se presentes em todas as partes do grão, e as albuminas e globulinas no embrião e na camada aleurona. Ele é um dos poucos alimentos sem substâncias antinutricionais, que possam prejudicar a sua utilização proteica.

O arroz é uma boa fonte de vitaminas do complexo B (tiamina, riboflavina e ácido nicotínico). A tiamina (vit. B1) concentra-se no escutelo (44%), pericarpo e aleurona (35%), e a riboflavina (vit. B2) acha-se distribuída uniformemente no embrião. Além da sua utilização como alimento na dieta de adultos, este cereal também é muito utilizado na alimentação infantil. O teor de proteína do grão é uma característica que é condicionada pelo genótipo da planta e também pelas condições ambientais onde a planta se desenvolve.



Composição

Proteína isolada do Arroz integral, hipoalergênica e sem fitohormônios.

Cada 30g de Proteína isolada do Arroz integral, contém 23,4 de proteína.

Benefícios da Proteína do Arroz

- Rica em Aminoácidos Essenciais.
- Contém vitaminas e minerais naturalmente do arroz.
- Hipoalergênica, indicada para intolerantes à proteína animal, lactose, ovo, soja e ao glúten.
- Oferece boa quantidade de proteína e um aminograma completo e equilibrado.
- Consumida por vegetarianos e veganos, a proteína de arroz é um suplemento de alta qualidade, que favorece o aporte proteico.
- De fácil digestão, auxilia também no ganho de massa magra, podendo ser utilizado no pós treino, junto com uma porção de carboidratos.
- Pode ser utilizada com água, sucos, e em preparações salgadas.
- Certificado Kosher e Halal.

Isento

Glúten, lactose, caseína, sacarose e soja.

Indicação

Suporte proteico, recuperação muscular e aumento de massa magra. Intolerantes à lactose, proteína do leite, soja, celíacos, para vegetarianos e veganos.

Posologia

30g dia/Mulheres e 60g dia/Homens.

Informação Nutricional

Porção	100g
Valor calórico	397 Kcal/1683 KJ
Carboidratos	3,8g
Proteínas	80g
Gorduras totais	3,5g
Gorduras saturadas	1,1g
Gorduras poli-insaturadas	1,0g
Gorduras monoinsaturadas	1,2g
Gorduras trans	
Colesterol	0,00
Fitoesteróis	0,00
Fibra alimentar	3,8g
Sódio	21mg
Fósforo	374,3mg
Cálcio	40mcg
Potássio	5mcg
Magnésio	20mcg
Ferro	5mcg

Aminograma

Aminoácidos	100g
Alanina	5,88%
Arginina	8,31%
Acido Aspártico	8,47%
Cisteína	1,75%
Acido Glutâmico	18,45%
Glicina	4,14%
Histidina	2,31%
Isoleucina	4,11%
Leucina	8,73%
Lisina	3,67%
Metionina	2,74%
Fenilalanina	5,50%
Prolina	4,87%
Serina	5,09%
Treonina	3,71%
Triptofano	1,10%
Tirosina	5,63%
Valina	5,52g

Referências bibliográficas

Material do fabricante – Jiangxi Hengding.

Juliano, B.O. Rice in human nutrition. Biochemistry unit. Plant breeding and biochemistry division. Food and Agriculture Organization. 1993.