

nutrimeo: Kollagenpeptide für eine verbesserte Körperform



Fortschreitendes Erwachsenenalter ist mit tiefgreifenden Veränderungen der Körperzusammensetzung verbunden. Ein Hauptmerkmal ist eine Abnahme von Skelettmuskelmasse. Dieser altersbedingte Verlust im Skelettmuskel wird als Sarkopenie bezeichnet.¹⁾ Sarkopenie ist direkt mit einem Verlust der Muskelkraft und einem Anstieg des Körperfetts verbunden. Basierend auf einem sitzenden, bewegungsarmen Lebensstil schätzen Forscher den Verlust der Muskelmasse wie folgt ein:

- Bis zu 8 % pro Jahrzehnt im Alter von 40-70 Jahren

- Bis zu 15 % Muskelverlust pro Jahrzehnt ab dem 70. Lebensjahr²⁾

Die derzeit empfohlene Nahrungsaufnahme (RDA) für Protein beträgt 0,8 g / kg / Tag. Es wird geschätzt, dass etwa 40 % der Menschen über 70 Jahren nicht die empfohlene Eiweißmenge aufnehmen können.³⁾

Wissenschaftler und Ernährungsexperten empfehlen oft eine Kombination von körperlicher Bewegung und optimierter Ernährung und / oder Nahrungsergänzung, um den Beginn der Sarkopenie zu bekämpfen.

Um die Muskelmasse, die Kraft und die Körperzusammensetzung aufrechtzuerhalten, sind folgende Faktoren äußerst wichtig:

- Eine gesunde und ausgewogene Ernährung
- mit gezielter Nährstoffergänzung
- Resistenztraining

nutrimeo bietet jetzt innovative Health Food- Lösungen an, die gesundes Altern unterstützen. In Zusammenarbeit mit der GELITA AG haben die Experten von nutrimeo einen funktionellen Ready-To-Drink mit Kokoswasser und BODYBALANCE®

1) Evans WJ. What is sarcopenia? J Gerontol A Biol Sci Med Sci. 1995; 50, 5-8

2) Estimation based on: Rom et al. Lifestyle and Sarcopenia – Etiology, Prevention & Treatment. Rambam Maimonides Med. J. 2012 October 3(4) e0024

3) Burton LA, Sumukadas D. Optimal management of sarcopenia. Clin Interv Aging. 2010;7:217–28.

4) Zdzieblik, D. et al 'Collagen peptide supplementation in combination with resistance training improves body composition and increases muscle strength in elderly sarcopenic men: a randomized controlled trial', doi: 10.1017/80007114515002810, British Journal of Nutrition, 2015

5) Conclusion GELITA AG, Uferstr. 7 · 69412 Eberbach · Germany

6) Mc Alindon, et al 'Change in knee osteoarthritis cartilage detected by delayed gadolinium enhanced magnetic resonance imaging following treatment with collagen hydrolysate: a pilot randomized controlled trial, 2011

entwickelt, ein spezifisches bioaktives Kollagenpeptid. BODYBALANCE® ist klinisch getestet und die Ergebnisse der Studie wurden im British Journal of Nutrition veröffentlicht.⁴⁾ Dies ist die erste Studie, die die Auswirkungen von Kollagenpeptiden auf die Körperzusammensetzung und die Muskelkraft untersucht hat.

Die Studie zeigt, dass eine Supplementierung mit spezifischen Kollagen-Peptiden die Vorteile von Resistenztraining bei älteren Menschen, die von Muskelschwund betroffen sind, weiter erhöht.

Die BODYBALANCE®-Gruppe zeigt einen statistisch signifikant höheren Anstieg der Muskelmasse (siehe Abb. 1) und der Muskelkraft (siehe Abb. 2) im Vergleich zur Placebogruppe.

Die Zunahme an Muskelmasse war um etwa 50 % höher, während die Muskelkraft, gemessen als Leistungsabgabe, um etwa 100 % stieg. Die Reduktion des Körperfetts war mit der BODYBALANCE®-Ergänzung ebenfalls statistisch signifikant höher. Die BODYBALANCE®-Gruppe verlor im Vergleich zur Placebogruppe etwa 50% mehr Fett (Abb. 3).

Zusammenfassend zeigen die Studienergebnisse, dass die Kombination von Resistenztraining und spezifischer Kollagenpeptid-Supplementierung gut geeignet ist, die Kraft zu erhöhen, die Körperzusammensetzung zu beeinflussen und eine beginnende Sarkopenie zu bekämpfen.

Innerhalb von drei Monaten konnte der Proband im Durchschnitt die Muskelmasse wieder aufbauen, die er in 10 Jahren des natürlichen Alterns verloren hat.⁵⁾

Die Produktentwickler bei nutrineo entwickeln auch Produktkonzepte für eine gesunde Ernährung im Alter. Ganz neu im Sortiment ist beispielsweise ein Proteinpudding mit zwei bioaktiven Kollagenpeptiden. Das köstliche Proteindessert wurde zusätzlich zu BODYBALANCE® mit FORTIGEL® angereicht. FORTIGEL® aktiviert das Wachstum von neuem Knorpel, lindert Gelenkbeschwerden und hilft, die Gelenke geschmeidig und flexibel zu halten.⁶⁾ Da ältere Menschen häufig Probleme mit einer ausreichenden Flüssigkeitszufuhr (unzureichendes Trinkverhalten) haben, wurde anstelle eines Getränks ein "Dessert" als Darreichungsform gewählt. Dieses Produkt erleichtert es dem Konsument, gesunde Nährstoffe in ihren Alltag und Ernährungsplan zu integrieren. Darüber hinaus fördern hochwertige Proteine und Vitamine die Regeneration der Muskeln und dienen als vorbeugende Maßnahme zur Unterstützung des Muskelaufbaus und Muskelerhalts.

"Anhaltende Trends in der Entwicklung sind RTD-Getränke, Sportlernahrung sowie diätetische Lebensmittel. Wir sehen auch eine erhöhte Nachfrage nach proteinhaltigen Produkten mit funktionellen Inhaltsstoffen", erklärt Verena

Claus, Product Manager bei nutrineo." Aus diesen Erkenntnissen haben wir die Health Food Lösungen mit bioaktiven Kollagenpeptiden entwickelt.

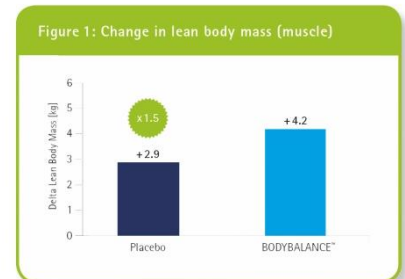


Abb.1: Veränderung der fettfreien Körpermasse (Muskel) nach 12 Wochen. Intervention: 3 mal pro Woche, 1 Stunde Resistenztraining und tägliche BODYBALANCE® oder Placebo-Ergänzung.

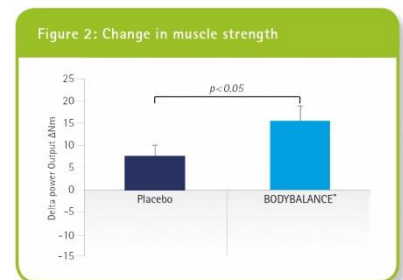


Abb. 2: Veränderung der Muskelkraft nach 12 Wochen. Intervention: 3 mal pro Woche 1 Stunde Resistenztraining und tägliche BODYBALANCE® oder Placebo-Ergänzung.

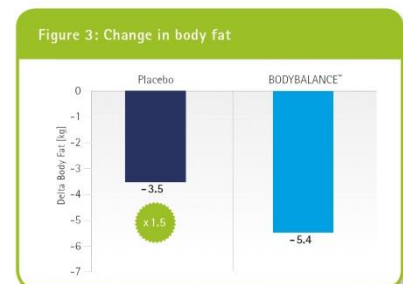


Abb.3: Veränderung des Körperfetts nach 12 Wochen. Intervention: 3 mal pro Woche 1 Stunde Resistenztraining und tägliche BODY BALANCE® oder Placebo-Ergänzung.

Kontakt:

nutrineo - health food solutions by Uelzena
 Im Neuen Felde 87
 29525 Uelzen/ Germany
 Tel. +49 581 806-0
 info@nutrineo.com / www.nutrineo.com

1) Evans WJ. What is sarcopenia? J Gerontol A Biol Sci Med Sci. 1995; 50, 5-8
 2) Estimation based on: Rom et al. Lifestyle and Sarcopenia – Etiology, Prevention & Treatment. Rambam Maimonides Med. J. 2012 October 3(4) e0024
 3) Burton LA, Sumukadas D. Optimal management of sarcopenia. Clin Interv Aging. 2010;7:217–28.
 4) Zdzienlik, D. et al 'Collagen peptide supplementation in combination with resistance training improves body composition and increases muscle strength in elderly sarcopenic men: a randomized controlled trial', doi: 10.1017/80007114515002810, British Journal of Nutrition, 2015
 5) Conclusion GELITA AG, Uferstr. 7 · 69412 Eberbach · Germany
 6) Mc Alindon, et al 'Change in knee osteoarthritis cartilage detected by delayed gadolinium enhanced magnetic resonance imaging following treatment with collagen hydrolysate: a pilot randomized controlled trial, 2011