WWW.KETOLIFE.COM.MX

FICHA TÉCNICA

KETO CHARGE

KETOLife

@KetolifeOficial @Ketolifeoficial

DESLIZA para seguir leyendo

ELECTROLITOS CON JENGIBRE

Nuestros electrolitos son un **mix especial de cloruro de sodio, citrato de magnesio, cloruro de potasio y jengibre**, justo lo que necesitas para cubrir parte de tu hidratación en alimentación keto. Además, el jengibre es un gran complemento termogénico que aumenta la oxidación de grasas y se ha visto que tiene efectos antiinflamatorios.

BENEFICIOS

Ayuda a cubrir necesidades de electrolitos

Consumir electrolitos ayuda a cubrir necesidades de hidratación. En todo momento es necesario tenerlos presentes en nuestra alimentación ya que siempre estamos perdiendo líquidos y electrolitos, el que más pérdidas puede presentar es el sodio especialmente a través de la transpiración y orina.

Ideal para disminuir síntomas del KetoFlu

Es ideal hidratarnos para evitar en gran parte el famoso KetoFlu. Se presenta cuando se disminuye el consumo de azúcares y carbohidratos, y se estabilizan la glucosa e insulina en sangre. Esto provoca que orines y sudes más, lo que implica una mayor pérdida de líquidos y de electrolitos (sodio, potasio, magnesio y calcio, principalmente), por lo que pueden llegar a presentarse síntomas como: dolor de cabeza, mareos, calambres, náuseas, taquicardia. Por esta razón, debemos integrarlos en nuestra alimentación keto, sobre todo después de esas recaídas ocasionales de ingesta alta en carbohidratos y así evitar estos síntomas durante tu regreso a keto.

Los electrolitos ayudan a disminuir los calambres y dolores de cabeza

El cloruro de sodio, también conocido como la sal de mesa, es muy importante en nuestra dieta, deficiencias en este componente puede causar principalmente dolores de cabeza. Poco a poco aprenderás en nuestra academia **Keto101®** que la sal no tiene relación con la hipertensión arterial.

El citrato de magnesio te ayudará a **evitar calambres y a mejorar tu digestión.** El magnesio es necesario para que los movimientos normales de nuestros intestinos se lleven a cabo eficientemente y no sufras estreñimiento, en forma de citrato se absorbe mucho mejor que en forma de cloruro.

El cloruro de potasio está calculado para que cubras su requerimiento natural, ayudará a **relajar también tus músculos y a que muchas funciones en tu cuerpo se lleven a cabo adecuadamente.** No olvides que no debes tomar otros suplementos de potasio sin supervisión médica ya que este tiene una importante participación en la función cardíaca y un exceso podría provocarte complicaciones de esta índole.

EXPERIMENTA LA MEJOR HIDRATACIÓN

Contienen jengibre

Además, **Keto Charge®** contiene jengibre, el cual se ha descubierto que mejora la circulación ayudando a incrementar la termogénesis y a que haya un mejor transporte y absorción de nutrientes en nuestro organismo.

No contiene endulzante

A diferencia de otros productos con electrolitos, en **KetoLife®** nos preocupamos porque tu dosis de electrolitos sea cubierta, especialmente durante los ayunos, donde preferentemente no debemos consumir endulzantes.

Se puede consumir en cápsula o vaciar su contenido en alguna bebida

Hay personas que prefieren ir integrando su aporte de electrolitos mezclados con otros suplementos, si deseas dar un toque salado o ir hidratándote paulatinamente, puedes disolver el contenido de la cápsula de tus electrolitos en algún otra bebida preparada, por ejemplo, en el suero casero o junto con tu colágeno hidrolizado **Keto Youth®**.

Contiene citrato de magnesio en lugar de cloruro

Existen también suplementos en forma de cloruro de magnesio, sin embargo, su aporte de este mineral es muy bajo en esa presentación y no se absorbe adecuadamente. Es por eso que en **KetoLife®** decidimos proporcionarte el magnesio en forma de citrato, ya que el organismo lo absorbe mejor, además de que puede ayudar a mejorar el tránsito intestinal y por tanto facilitar la evacuación.

INFORMACIÓN NUTRIMENTAL

Tamaño de la porción 10 g	Porciones por envase 30	
Cantidades	**Por porción**	**Por 100 g**
Cont. energético	**0.6 Kcal (2.51 KJ)**	**76 Kcal (318 KJ)**
Proteína	0.0 g	92.0 g
Grasas (lípidos)	0.0 g	0.0 g
Carbohidratos (Hidratos de carbono)	0.15 g	19.0 g
Fibra dietética	0.0 g	0.0 g
Sodio	0.0 g	0.0 g
Información adicional	**Por porción**	**Por 100 g**
Cloruro de potasio	250 mg	31.75 g
Citrato de magnesio	125 mg	15.87 g
Cloruro de sodio	162.5 mg	20.63 g

RECOMENDACIONES DE USO

Consume de 1 a 2 cápsulas al día de **Keto Charge®** No rebasar el consumo de 3 cápsulas al día.

RECOMENDACIONES DE CONSUMO

Puedes vaciar el contenido de la cápsula en alguna bebida, como un suero hecho en casa, limonada o combinarlo con tus cetonas **Keto Boost®**.

Si realizas ejercicio intenso puedes consumir 1 cápsula adicional en tu bebida hidratante, durante o después del entrenamiento.

Se puede consumir durante el ayuno, después de la comida o después del entrenamiento.

KETOLife

El consumo de este producto es responsabilidad de quien lo consume.

Consulte a su médico en caso de enfermedad, embarazo, lactancia o consumo en menores de 10 años.