



TENTORIUM ENERGY

tentorium energy

nutricion deportiva de origen
vegetal: rendimiento saludable y
sostenible

Presentado por
Kim Sorensen



3 Niveles de Nutrición Vegana para Mejorar el Rendimiento Deportivo

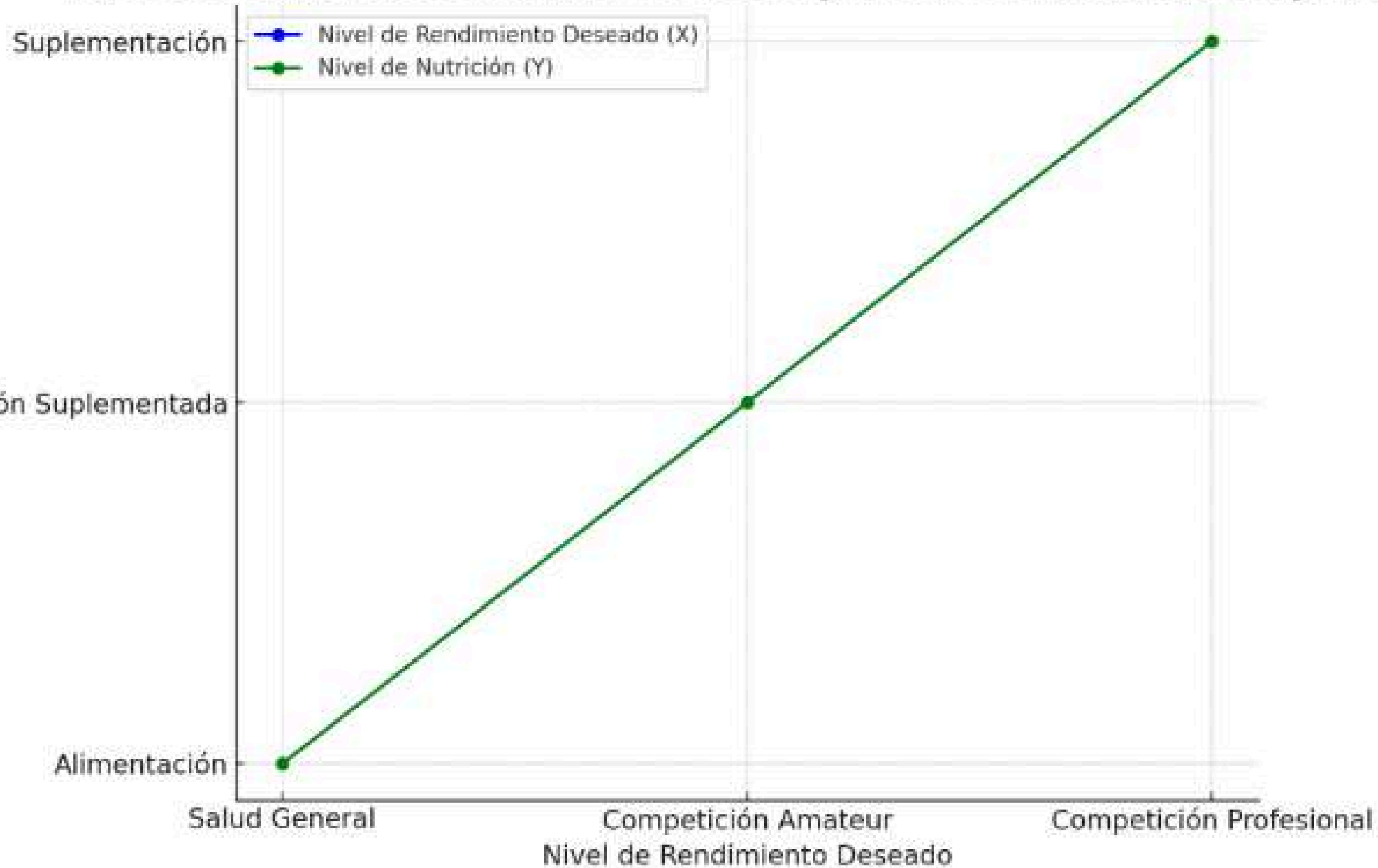
Nivel 3: Suplementación

Nivel 2: Alimentación Suplementada

Nivel 1: Alimentación Balanceada



Relación entre Rendimiento Deseado y Nivel de Nutrición Requerido





Nivel 1: Alimentación Balanceada

- **Base de la Nutrición Deportiva:**

La dieta se centra en alimentos integrales, ricos en nutrientes.

- **Alimentos Clave:**

- Proteínas Vegetales: Legumbres, tofu, tempeh, semillas.
- Carbohidratos: Quinoa, avena, patatas, frutas.
- Grasas Saludables: Aguacate, aceite de oliva, frutos secos.

- **Beneficios:**

Proporciona energía sostenible para entrenamientos y recuperación.

Mejora la salud general y la resistencia.





Nivel 2: Alimentación Suplementada

- **Definición:**

Complementación de la dieta balanceada con alimentos enriquecidos o suplementos suaves.

- **Alimentos Enriquecidos:**

Cereales Fortificados: Con vitamina B12.

Diferentes platos Fortificados: con Proteína completa, y con Selenio, Zinc, Vitamina D, complejo Vitaminico B, Hierro,

- **Beneficios:**

Asegura un aporte adecuado de nutrientes difíciles de obtener solo con la alimentación.





EJEMPLO PRODUCTOS EREQUECIDOS





Nivel 3: Suplementación

- **Descripción:**

Utilización de suplementos específicos para cubrir carencias puntuales y optimizar el rendimiento.

- **Suplementos Clave:**

Vitamina B12: Indispensable para la función nerviosa y producción de glóbulos rojos.

Omega-3 (DHA y EPA): Importante para la salud cardiovascular y tiene efectos antiinflamatorios.

Creatina y Beta-alanina: Mejora del rendimiento en ejercicios de alta intensidad y resistencia.

Vitamina D: Asegura la correcta absorción del calcio, especialmente en deportistas que viven en climas fríos.

- **Beneficios:**

Optimiza el rendimiento deportivo y garantiza la salud a largo plazo.

Suplementación segura para evitar deficiencias comunes en dietas veganas.



TENTORIUM ENERGY

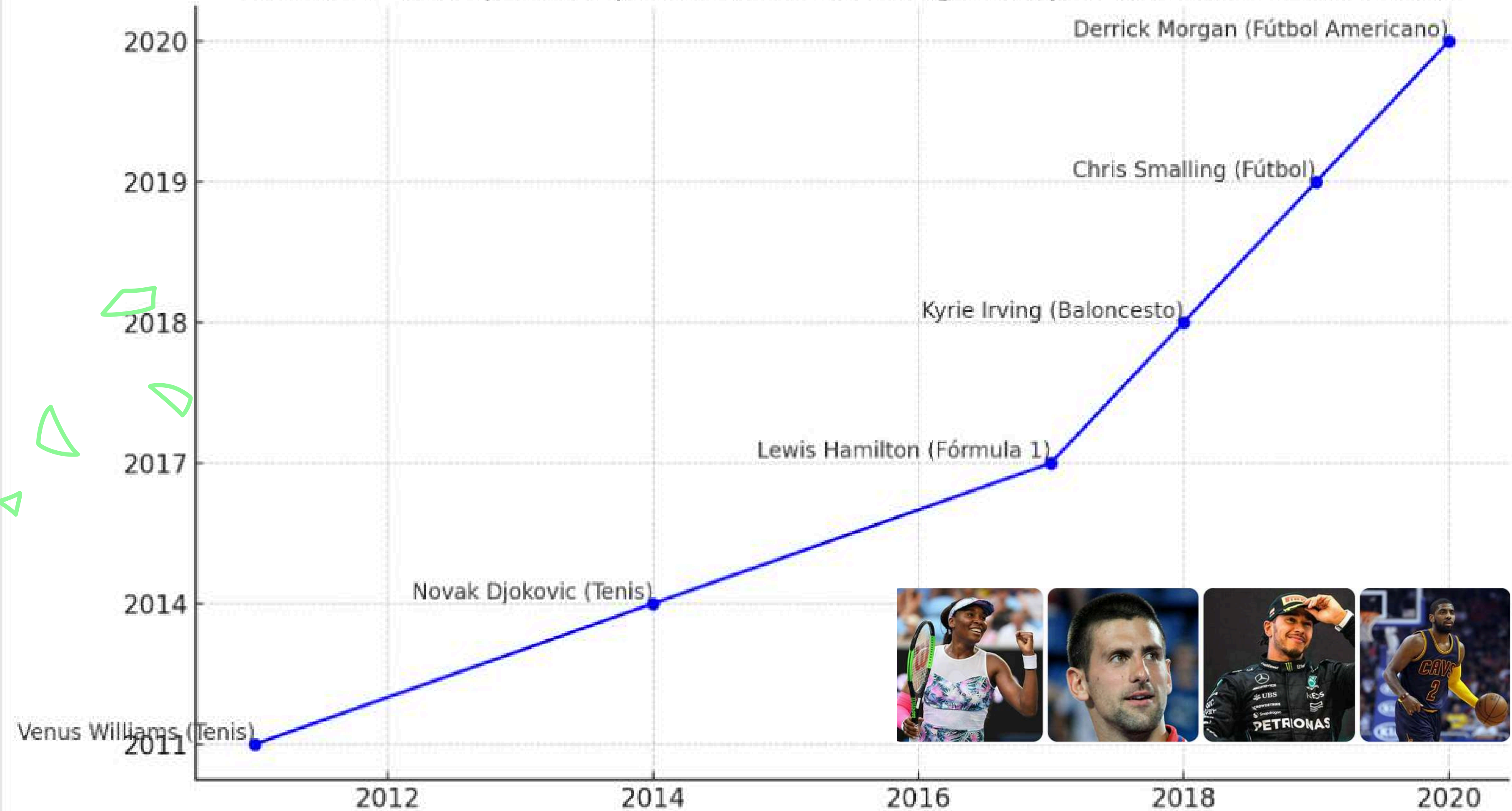
EJEMPLO PRODUCTOS DE SUPPLEMENTACION



PEPTIVEG

COLLAGENERATIVE

Línea de Tiempo: Adopción de Dietas Veganas por Atletas Reconocidos





TENTORIUM ENERGY



proteína

que obsesión!!!

MALTHUS TENIA RAZÓN EN EL FONDO...

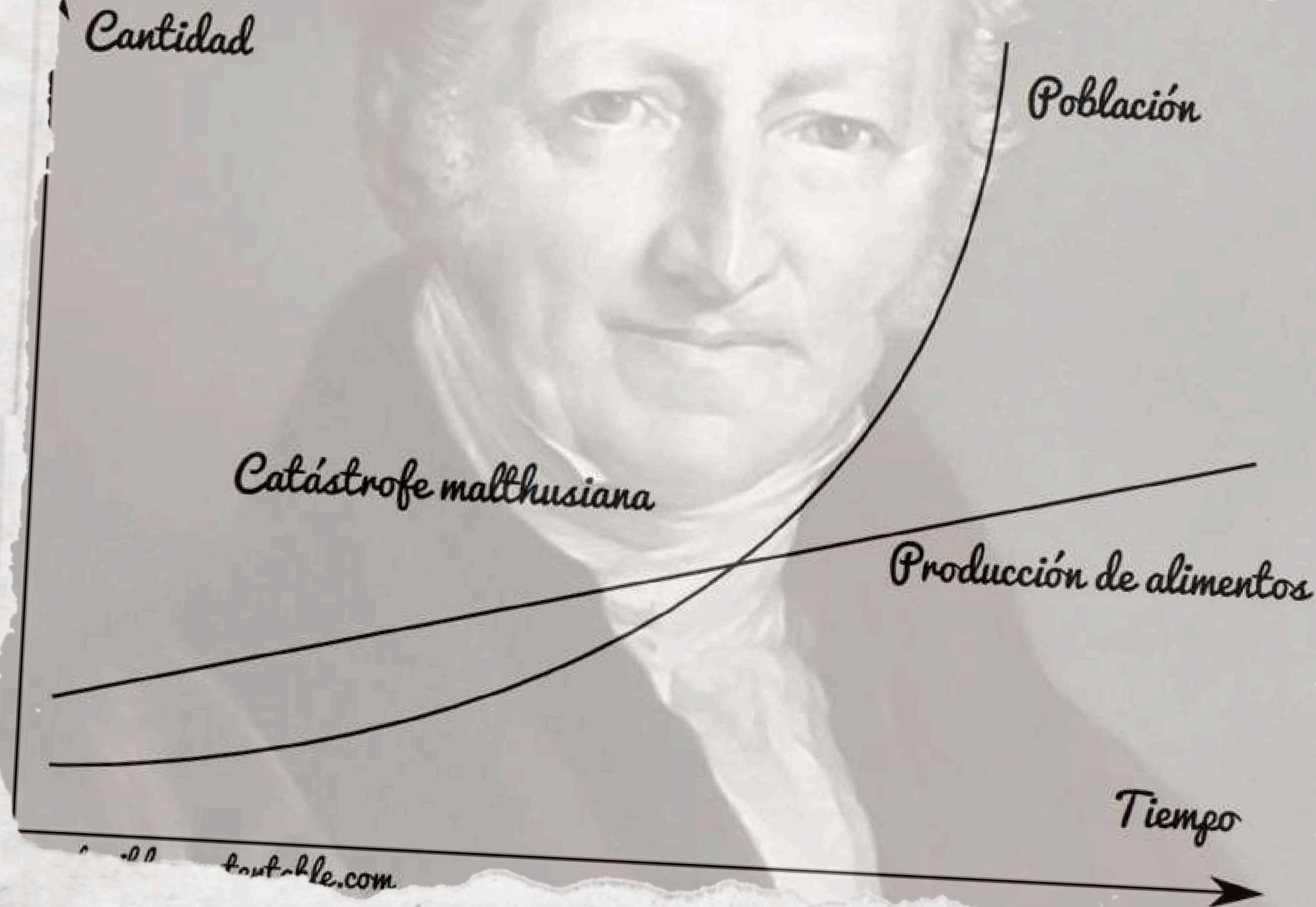
AUNQUE NO ACERTARÁ CON PRECISIÓN...





la cuestión de la proteína es una cuestión

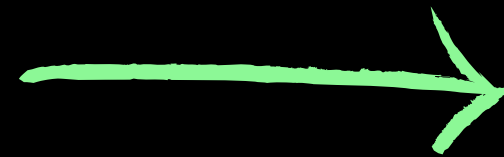
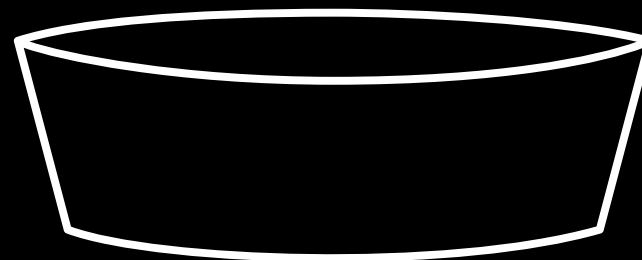
MALTHUSIANA





fotosíntesis y carbosíntesis

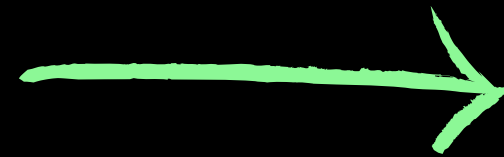
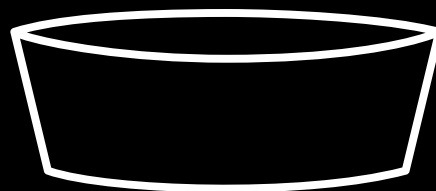
1



SOL, AGUA Y AIRE = CARBOHIDRATOS

2

CARBOSÍNTESIS



CARBOHIDRATOS + AIRE = PROTEINA
(Higado + Mitocondria)

**Es esa la única
manera de conseguir
la proteína?**



CAMBIO DE PARADIGMA PARA
EVITAR LA CATASTROFE
MALTHUSIANA

como resolvemos este



TENTORIUM ENERGY

problema???

NINGUNA PLANTA OFRECE UNA PROTEINA DE AMINOGRAMA COMPLETO.

1

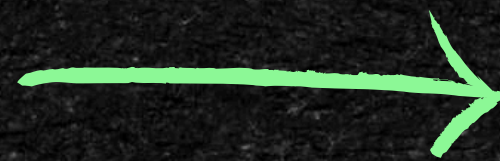
EXPLOTANDO A LOS ANIMALES



GENERA NUEVOS PROBLEMAS, ETICOS, DE SALUD Y SOSTENIBILIDAD
(Mejora tecnologica lineal)

2

DIETA PROTEICA DE ORIGEN NO ANIMAL



COMBINAR DISTINTAS FAMILIAS DE PLANTAS PARA LA CONSECUCIÓN DE UN AMINOGRAMA COMPLETO (PLATO VARIADO) Y AHORA SE SOLUCIONA TAMBIÉN CON LOS PREPARADOS DE PROTEINA PLANT BASED (AMINOPOWER 80)

3

SINGULAR CELL PROTEIN



PROTEINA FÚNGICA INNOVADORA



TENTORIUM ENERGY

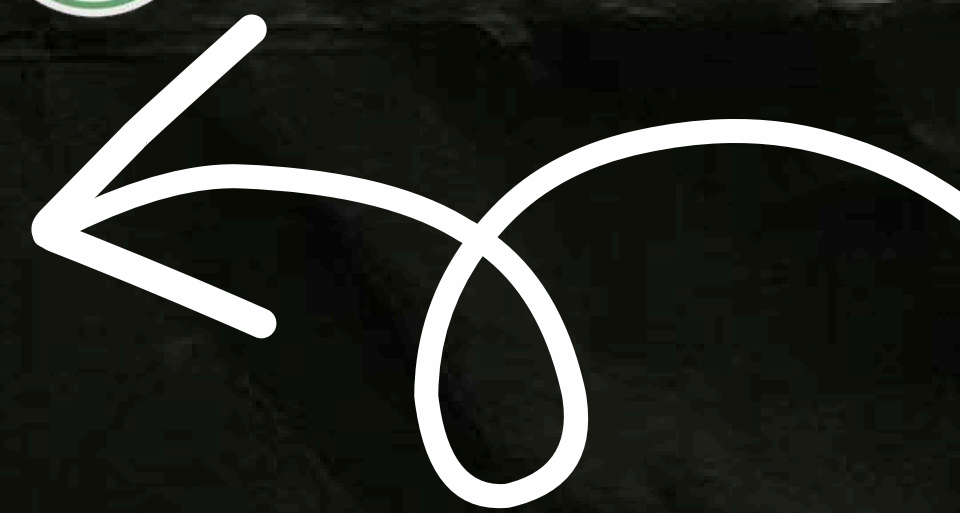
proteina vegetal



vegan protein mix 80%



GreenTahr
TO THE TOP



Las 3 proteínas se combinan en la justa proporción de aminoácidos.



Combinación de 3 extractos de proteínas vegetales procedentes de cultivo ecológico: proteína cruda de arroz integral ecológico, proteína de guisante ecológica y proteína de semillas de cáñamo industrial ecológico.



80 g de proteínas por cada 100g de producto, se trata de una formulación completa en aminoácidos cuyo valor biológico nada tiene que envidiar a los preparados de proteína de origen animal.



GreenTahr
TO THE TOP

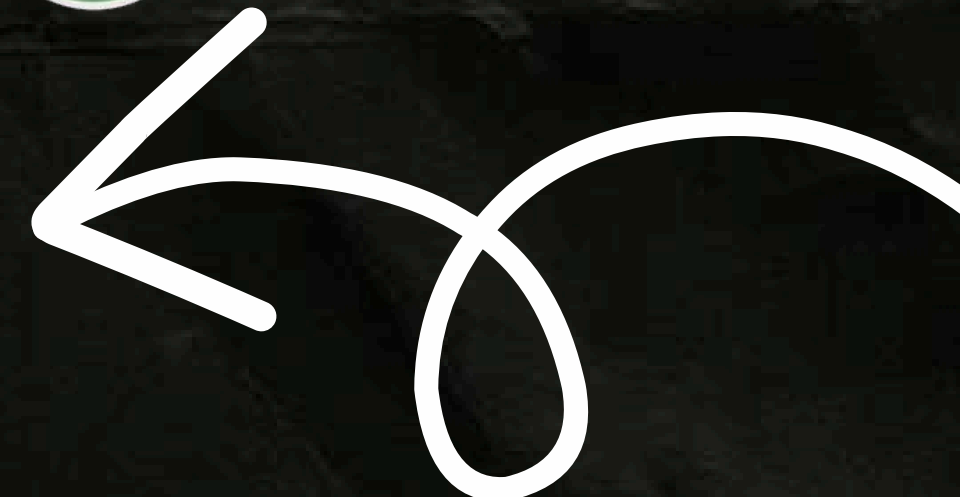
proteina de levadura



beneficios y ventajas



GreenTahr
TO THE TOP



-Proteína completa que CONTIENE TODOS LOS ANIMOÁCIDOS ESENCIALES, alto contenido de todos los BCAA.



-La NUTRICIÓN y la DIGESTIBILIDAD son las mismas que las proteínas lácteas, SUPERIORES a las demás proteínas vegetales



La más SOSTENIBLE de todas las proteínas



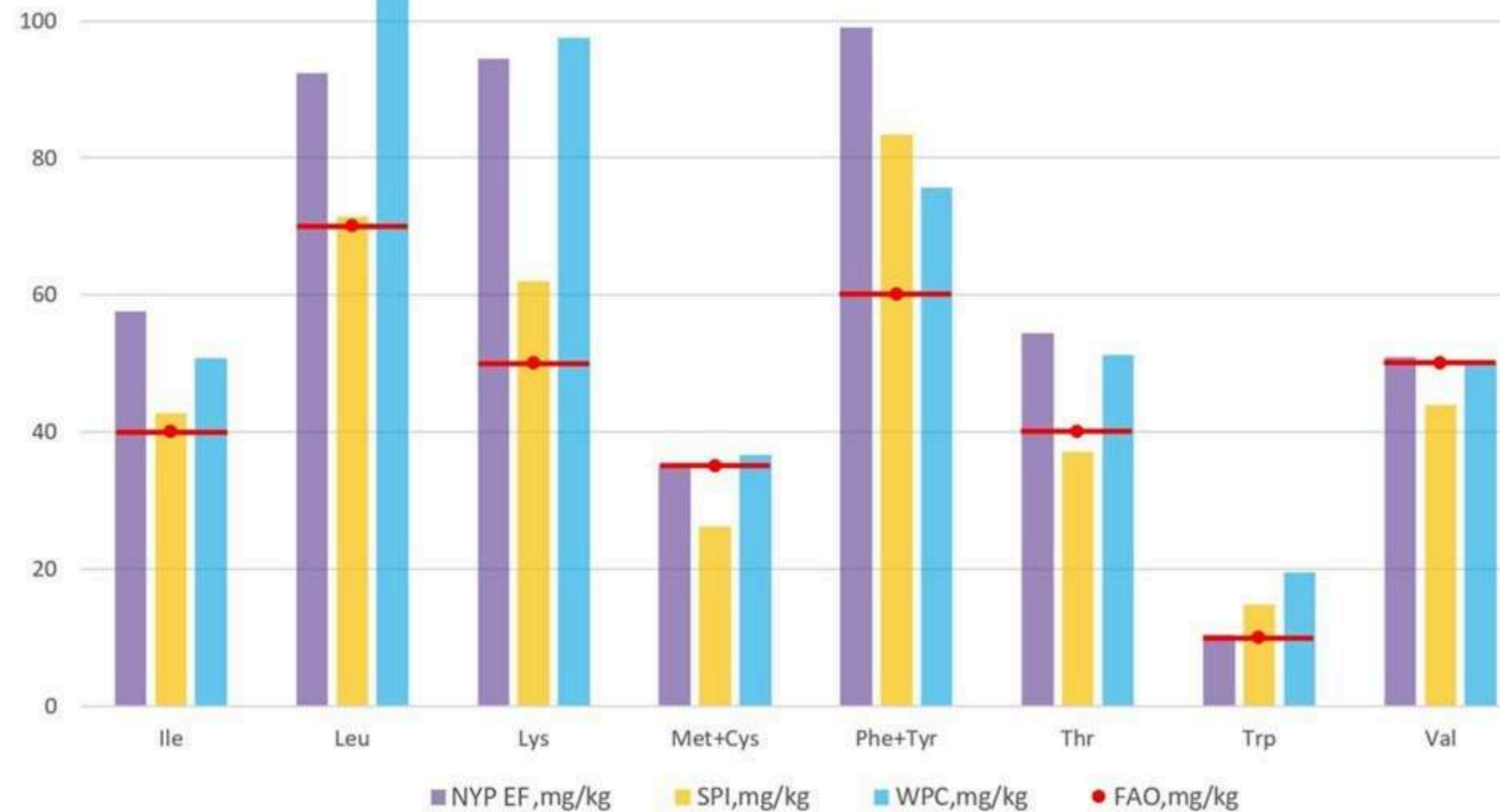


nutrición y digestibilidad



Y CON SABOR COMPLETAMENTE
NEUTRO!!

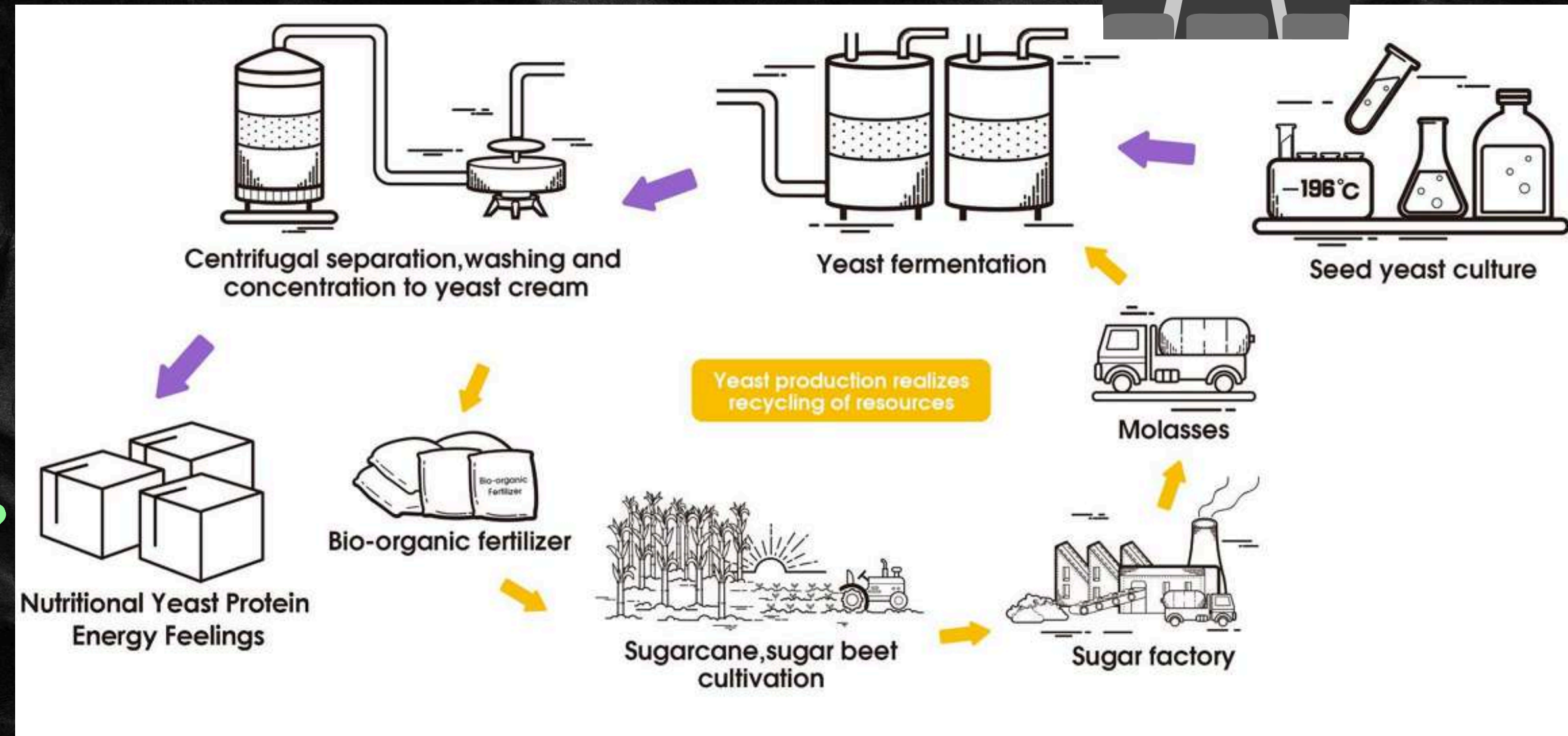
- La nutrición y la digestibilidad de Proteína de
- Levadura Nutricional GreenTahr es la misma que
- la Whey Protein, y es mucho más alta que la SPI
- (aislado de proteína de soja)

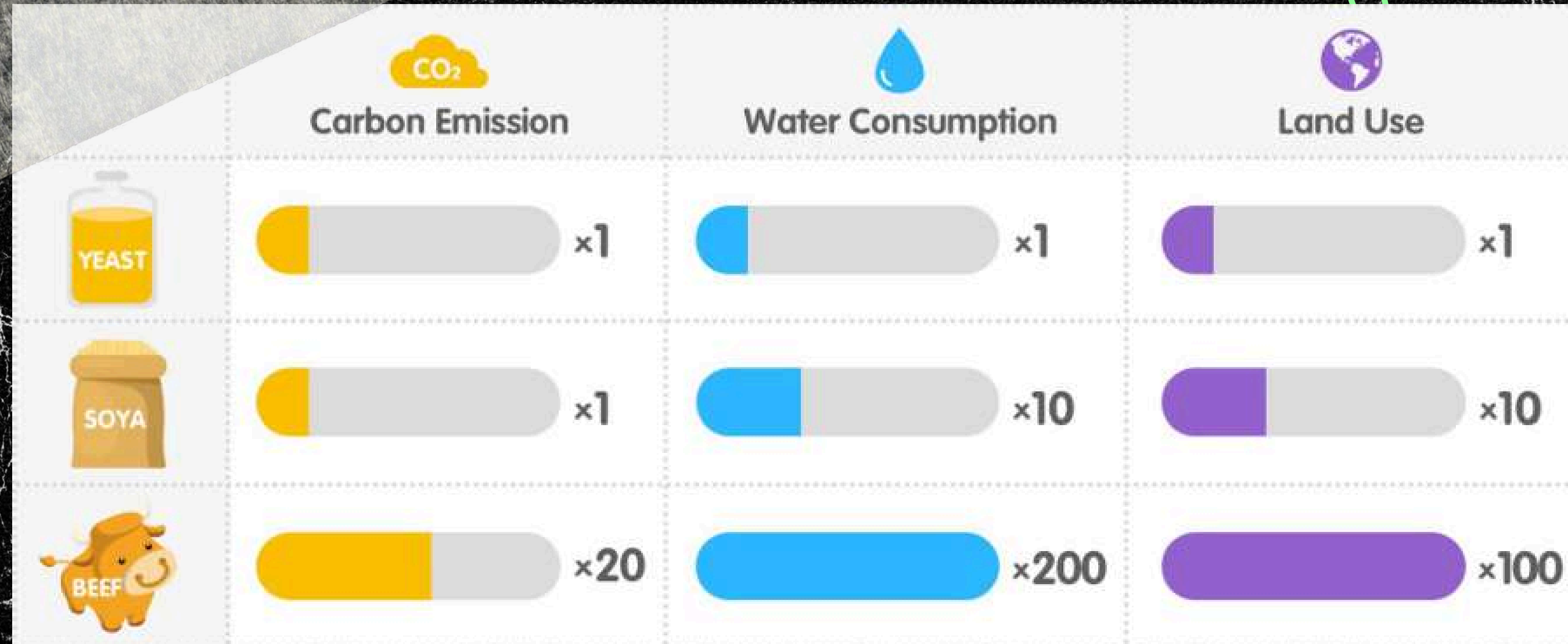


eco friendly & sostenible

Modelo de una ECONOMIA CIRCULAR. la caña de azúcar y la melaza de remolacha son la fuente de nutrientes de la levadura.

Las aguas residuales de la producción de levadura son la FUENTE DE FERTILIZANTE ORGÁNICO para la producción de cultivos.





proteina de levadura:
sin uso de ogm ni
pesticidas



comparamos?



GreenTahr
TO THE TOP



**la ciencia nos
propone proteina de
origen no animal y el
cambio de
comportamiento
depende de nosotros**



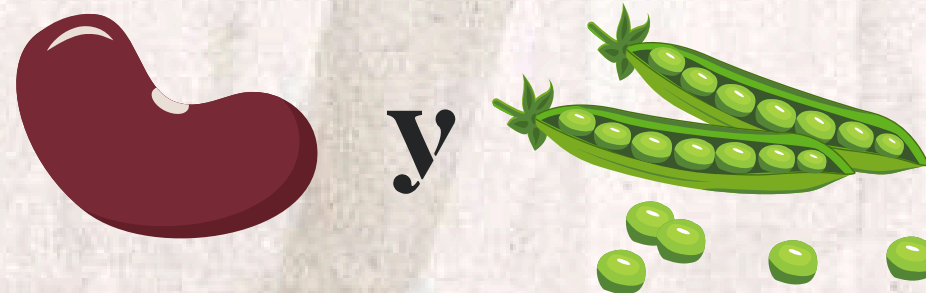
proteína vegetal texturizada





**de donde viene la
proteina vegetal
texturizada ?**

**la proteina texturizada proviene
del guisante y de la faba**





6

**y como se fabrica ?
es ultraprocesado ?**

**no, se pulverisa el guisante y
la faba y se le da forma
mediante presion. nada mas !**



7

encuentranos!



TENTORIUM ENERGY

website

WWW.TENTORIUMENERGY.COM

email

info@tentoriumenergy.com

MUCHAS GRACIAS!