

# L-carnitina 2000

## Complemento alimenticio a base de L-Carnitina.

Complemento alimenticio a base de 2000 mg de L carnitina tartrato  
Elevada tasa de absorción  
2 cápsulas al día, envase para 1 mes  
Sin gluten, sin lactosa



C.N.: 223137.5

## INDICADO PARA:

- Persona activas y deportistas: Mejora el rendimiento físico, aumenta la resistencia y optimiza las grasas como fuente de energía.
- Pérdida de peso: como complemento coadyuvante con una combinación de dieta y ejercicio
- Aumentar el metabolismo energético y reducir la fatiga física, mejora la recuperación durante los entrenamientos.

### MODO DE EMPLEO:

Tomar 2 cápsulas al día, preferiblemente antes de realizar ejercicio.

### PRESENTACIÓN:

Bote con 60 cápsulas.

**MANTENER EN LUGAR**

**FRESCO Y SECO.**

**PESO NETO:** 81,3 g

### INGREDIENTES

Por dosis diaria  
(2 cápsulas)

**L-Carnitina Tartrato**  
(de los cuales L-Carnitina: 1400 mg)

2000 mg

**Ingredientes:** L-Carnitina tartrato, agente de recubrimiento (gelatina)\*, agente de carga (celulosa microcristalina) y antiaglomerante (sales magnésicas de ácidos grasos).

\*Componentes de la cápsula

## CONTIENE:

**L-CARNITINA:** es una sustancia natural, similar a un aminoácido, que se sintetiza principalmente en el hígado y los riñones a partir de los aminoácidos lisina y metionina, con la ayuda de la vitamina C, la B6, la niacina y el hierro. Aunque el organismo la produce de forma endógena, también puede obtenerse a través de la alimentación (especialmente en carnes rojas) y en forma de suplemento nutricional.

La principal función de la L-Carnitina es **facilitar el transporte de ácidos grasos de cadena larga hacia las mitocondrias**, las "centrales energéticas" de las células, donde estos ácidos grasos se oxidan para producir energía. Este proceso es esencial para el metabolismo energético, especialmente durante el ejercicio físico prolongado o de intensidad moderada.

La suplementación con L-Carnitina ha sido ampliamente estudiada, especialmente en el ámbito deportivo y en programas de control de peso. Entre los beneficios más destacados se encuentran:

- **Mejora del rendimiento deportivo**, ofreciendo una mayor disponibilidad de energía que permite preservar el glucógeno muscular y retrasar la fatiga; también **aumenta la resistencia**, muy útil en deportes de larga duración al optimizar el metabolismo lipídico. Algunos estudios sugieren que puede reducir el daño muscular y el dolor posterior al ejercicio intenso favoreciendo la **recuperación muscular**.
- **Apoyo en la pérdida de peso, favorece la quema de grasa** al mejorar la oxidación de ácidos grasos, contribuye a la reducción de grasa corporal cuando se combina con dieta y ejercicio.
- Efectos adicionales, la L-carnitina también mejora de la función cardiovascular (en ciertos contextos clínicos), apoya la función cognitiva y mejora del estado de alerta (relacionado con el metabolismo cerebral).