

PRODUITS PROTEINES TYPE « WHEY »



Sécurisation AFNOR et avis nutritionnel

Mise à jour : novembre 2020

► www.ampd.fr

► www.sfns.fr

L'objectif de ce référencement est d'améliorer la visibilité des produits sécurisés vis-à-vis du dopage (norme AFNOR NF V94-001), tout en proposant des recommandations de consommation favorisant un usage adapté de ces produits diététiques pour sportif.

La SFNS et l'AMPD déclarent ne pas avoir de conflit d'intérêt avec les marques de compléments alimentaires ou de produits pour sportifs.

La SFNS invite tout fabricant qui commercialise un produit diététique pour sportif normalisé AFNOR (et éventuellement certifié) à en informer l'AMPD et la SFNS.

Avis nutritionnel de la SFNS

Description/intérêt :

Boissons commercialisées sous forme liquide ou poudre à diluer, dans le but d'apporter des protéines facilement assimilées, soit en récupération immédiate des efforts, soit pour constituer une collation protéinée.

Critères de choix :

Évitez les produits contenant une quantité excessive de protéine (>35g/dose).

On distingue plusieurs qualités : whey, concentré de whey, isolat de whey, en fonction de la pureté du produit.

Conditions d'usage :

Elles répondent à un objectif d'amélioration de récupération (séances de force ou fractionnées) ou objectif pondéral spécifique.

Précautions d'emploi :

Certaines whey contiennent une quantité de BCAA déséquilibrée ou inadaptée, relevant du marketing, sans intérêt nutritionnel démontré. <https://www.irbms.com/bcaa/>

Certains fabricants ajoutent à la Whey d'autres protéines (créatine, taurine), avec des teneurs très variables tenant plus au marketing qu'à une justification nutritionnelle (bénéfice controversé).

Équivalences alimentaires :

Fromage blanc complété éventuellement de protéine laitière (poudre de lait)

Une bonne hydratation complémentaire est recommandée.

Avis sécuritaire de l'AMPD Hauts-de-France

Fabricants	Produits sécurisés (AFNOR)	Saveurs	Validité de labellisation
APURNA	Isolat Whey Elite (750g)	Vanille – Chocolat – Fruits rouges - Cookies&Cream	Décembre 2021
APURNA	Whey Proteines (720g)	Vanille – Chocolat – Fraise – Caramel – Cookie	Décembre 2021
APURNA	Végan Protéines (660g)	Vanille – Cookies&Cream	Décembre 2021
EAFIT	Végan Protéin	Chocolat amande – Mangue passion	Décembre 2021
EAFIT	Pure Whey (750g)	Vanille – Chocolat – Caramel- Café – Fruits rouges	Décembre 2021
EAFIT	Pure Whey (2,2kg)	Vanille – Chocolat	Décembre 2021
EAFIT	Pure Whey (doypack)	Nougat	Décembre 2021

EAFIT	Méga Whey		Décembre 2021
EAFIT	Pure Isolat (750g)	Chocolat – Vanille – Fruits rouges – Premium citron – Orange	Décembre 2021
EAFIT	Pure Isolat (doypack)	Chocolat	Décembre 2021
ERIC FAVRE	Pure whey isolate (750g)	Banane – Chocolat – Choco caramel peanuts – Fraise – Vanille	Décembre 2021
ERIC FAVRE	Pure whey isolate (2Kg)	Banane – Chocolat – Choco caramel peanuts – Fraise – Vanille	Décembre 2021
ERIC FAVRE	whey iso zero (2kg)	Chocolatella – Cookies & cream – Framboisier – Pistache – Vanille – Triple choco – Beurre de cacahuètes – Choco Coco – Capuccino – Spéculoos – Tarte citron	Décembre 2021
ERIC FAVRE	Proteine vegan (750g)	Vanille – Chocolat Noisette – Pistache – Vanille – Triple berry -	Décembre 2021
ERIC FAVRE	Proteine vegan (2kg)	Vanille – Chocolat Noisette – Pistache – Vanille – Triple berry -	Décembre 2021
PUNCH POWER	Protéin 90 (750g)	Vanille – Chocolat	Décembre 2021
PUNCH POWER	Whey Protein (sachet)	Chocolat	Décembre 2021
STC NUTRITION	Whey Muscle + Protein (Doypack 750g)	Vanille - Chocolat	Décembre 2021
STC NUTRITION	Premium Whey (Doypack 750g)	Chocolat – Caramel beurre salé – Vanille – Mangue passion	Décembre 2021
STC NUTRITION	Isolat 100% Pure (750g)	Fruits rouges	Décembre 2021
STC NUTRITION	Pure Whey nature (500g)	Neutre	Décembre 2021
STC NUTRITION	Iron Force Protéine (Dopack 750g)	Vanille - Chocolat	Décembre 2021
STC NUTRITION	Vegetal Protein (750g)	Chocolat - Vanille	Décembre 2021