

Sécurisation AFNOR et avis nutritionnel

Mise à jour : avril 2023

► 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 EN 17444), 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 de répondre aux besoins nutritionnels en récupération immédiate, en apportant de l'énergie glucidique, des minéraux (sodium), des vitamines et parfois des protéines.

Critères de choix :

Privilégiez les boissons contenant des minéraux et des glucides (sucres, en quantité adaptée à l'effort). Les boissons de récupération contenant des protéines sont indiquées après les efforts, soit d'endurance de longue durée ou fractionnés, soit de force ou puissance.

Conditions d'usage :

Boire quelques gorgées de boisson de récupération après les efforts de plus d'1 heure, en association ou en alternance avec de l'eau hyper minéralisée et d'autres aliments énergétiques (sucrés).

Précautions d'emploi :

La composition en glucide (énergie) en protéine et en oligoéléments est très variable selon les produits commercialisés. Ces variations de composition correspondent à des conditions d'usage différentes.

Equivalences alimentaires :

1 litre d'eau hyper minéralisée avec 1 briquette (200ml) de 100% pur jus d'orange, 1 yaourt à boire.
1 litre d'eau hyper minéralisée, 1 banane, 1 fromage blanc muesli.

Avis sécuritaire de l'AMPD Hauts-de-France

Fabricants	Produits sécurisés (AFNOR)	Saveurs	Validité de labellisation
APURNA	Boisson de récupération (poudre)	Citron – Orange	Décembre 2023
APURNA	Boisson de récupération (liquide)	Citron – Thé pêche	Décembre 2023
APURNA	Electrolytes (stick)	Neutre – Mangue passion	Décembre 2023
EAFIT	Recovery Max	Fruité	Décembre 2023
ERGYSPO	Regen' (stick 30g)	Citron	Décembre 2023
ERGYSPO	Regen' (450g)	Citron - Exotique	Décembre 2023
PUNCH POWER	Biodrink Récup	Banane	Décembre 2023
STC NUTRITION	Récup Max (525g)	Fruits exotiques	Décembre 2023
OVERSTIM'S	Boisson de récupération Elite (420g et 1,2kg)	Citron Citron vert – Vanille – Chocolat noisette	Décembre 2023
OVERSTIM'S	Boisson Electrolytes (10 sachets)	Citron Citron vert – Fruits rouges	Décembre 2023
OVERSTIM'S	Boisson Electrolytes (200g)	Citron Citron vert	Décembre 2023