


Formulasi Polatonik

Dalam menjalankan tugasnya untuk membela & mempertahankan kedaulatan NKRI, para prajurit yang tergabung dalam Tentara Nasional Indonesia membutuhkan ketahanan fisik yang prima agar stamina & performanya dapat tetap terjaga. Polatonik Fluid Replacement merupakan minuman serbuk yang formulasinya dirancang dengan komponen nutrisi terbaik yang terdiri dari :

	
Informasi Nilai Gizi	
Takaran saji 15 gr Jumlah sajian per kemasan 1	
<hr/>	
Jumlah per saji	
Energi	56 kkal
Energi dari lemak	0 kkal
<hr/>	
	% AKG*
<hr/>	
Lemak Total 0g	0%
Protein 0g	0%
Karbohidrat Total 14g	4%
Natrium/Sodium 69mg	3%
Kalium 37mg	1%
Magnesium 1mg	1%
Vit C 10mg	10%
<hr/>	
* Persen AKG berdasarkan pada diet 2000 kalori	
<hr/>	
Komposisi :	
Karbohidrat (Glukosa & Sukrosa), Natrium Klorida, Natrium Sitrat, Asam Sitrat, Kalium Klorida, Perisa Buah Magnesium Karbonat Kalsium Laktat Vit C.	

Karbohidrat

Karbohidrat merupakan sumber energi utama tubuh. Saat menjalani program latihan fisik yang intensif, konsumsi karbohidrat pada saat sebelum, sedang maupun setelah selesainya latihan dapat memberikan peningkatan terhadap performa ketahanan. (1)

Perpaduan kombinasi antara glukosa dan sukrosa akan menghasilkan laju produksi energi yang lebih cepat jika dibandingkan dengan larutan yang menggunakan karbohidrat tunggal glukosa, sukrosa dan fruktosa.(2,3)

Tidak hanya berfungsi sumber energi utama bagi kerja otot, karbohidrat glukosa juga merupakan sumber energi utama bagi sistem syaraf dan bagi kerja otak. Sehingga konsumsinya selain akan memberikan peningkatan terhadap performa ketahanan juga dapat menghambat pengeluaran hormon stress, meningkatkan mood dan juga motivasi.(1,4)

Elektrolit Makro

Elektrolit Natrium (Na+), Kalsium (Ca+), Kalium (K+), Magnesium (Mg+) dan Klorida (Cl-) merupakan elektrolit utama dalam komposisi cairan tubuh. Sebagai elektrolit utama dalam komposisi cairan tubuh, kelima elektrolit tersebut akan mempunyai fungsi-fungsi penting di dalam tubuh antara sebagai pengatur keseimbangan cairan, menjaga keseimbangan elektrolit serta terlibat dalam transmisi saraf, kontraksi otot serta dalam berbagai proses enzimatik.

Elektrolit Natrium (Na+), Kalium (K+) & Klorida (Cl-) juga merupakan elektrolit dengan konsentrasi terbesar dalam air keringat.(1) Keluarnya keringat secara berlebihan akibat dari peningkatan intensitas aktivitas fisik yang menyebabkan berkurangnya konsentrasi ketiga elektrolit ini di dalam tubuh dapat menyebabkan terjadinya kelelahan yang diakibatkan oleh terganggunya keseimbangan cairan tubuh.(5)

Selain kandungan karbohidrat & elektrolit, komposisi Polatonik juga dilengkapi dengan Vit C (Ascorbic Acid) yang dapat berfungsi untuk meningkatkan kekebalan tubuh serta berfungsi sebagai antioksidan yang melindungi sel-sel dan komponen selular dari radikal bebas.

Perisa Buah

Dibandingkan dengan mengkonsumsi air putih biasa, keinginan untuk mengkonsumsi cairan akan mengalami peningkatan apabila serbuk/larutan yang memiliki kandungan karbohidrat & NaCl juga diberikan tambahan rasa buah-buahan. Hal ini kemudian akan menambah volume cairan yang dikonsumsi sehingga secara langsung juga dapat membantu dalam menjaga keseimbangan cairan tubuh serta mencegah terjadinya dehidrasi terutama bagi prajurit yang sedang menjalani program latihan maupun yang sedang menjalani tugas kesehariannya. (6,7,8,9)



1.Moughan, R & Murray, R. Sport Drink : Basic science & Practical Aspect.CRC Press 2001. 2.Cole, K.J., Grandjean, P.W., Sobczak, R.J., Mitchell, J.B Internasional Journal Of Sport Nutrition. Dec ;3(4):408-17,1993. 3.Jentjen, R.I., Shaw, C., Birtles, T., Waring, R.H., Harding, L.K., & Jeukendrup, A.E. Metabolism. May;54(5):610-8, 2005. 4. Brow, A.S. & Davis Sport science Exchange , Vol 14 No.1, 2001. 5. Bergeron, M.F Sports Science . Exchange, Vol 13 No.3, 2000. 6. Wilk, B & Bar-Or,O . Journal of Applied. Physiology. 80(4): 1112-1117, 19996. 7.Willmore,J.H., Morton, A.R., Gilbey, H.J., Wood, R.J. Medicine & Science in Sports & Exercise, Apr;30(4):587-95, 1998. 8.J. Clapp, Phillip A. Bishop, Joe F. Smith,Edward R. Ma. American Industrial Hygiene Association. Vol 61 No.5, 692-699, 2000. 9. Wilk, B., Kriemler, S., Keller, H., Bar-Or,O. International journal of Sport Nutrition. Mar;8(1):1-9, 1988.