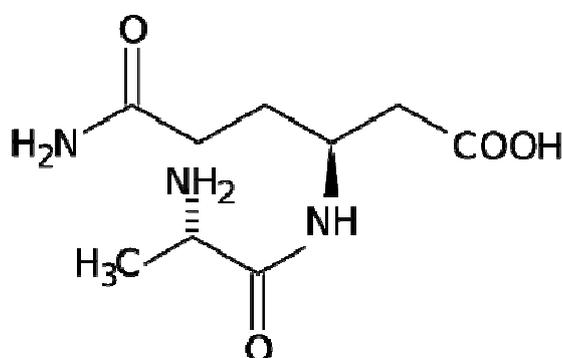


L-Alanina - L-Glutamina

Ajuda a reidratar, restabelecer e recuperar o corpo



Nomes comuns: L-alanil-L-glutamina, alanilglutamina, ala-glh, alanyl-glutamine.

Nome químico: L-Alanil-L-Glutamina

Fórmula molecular: (C₈H₁₅N₃O₄)

Peso molecular: 217,22 g/mol⁻¹

CAS: 39537-23-0

DCB: 09501

Dosagem: 1 a 3 g/dia

Classe terapêutica: suplemento

Descrição

A L alanil L glutamina, comumente conhecida como alanilglutamina, é a junção de dois aminoácidos formando um dipeptídeo estável e de alta solubilidade. A glutamina é o aminoácido mais abundante no tecido muscular e no plasma, participa de um grande número de reações bioquímicas, sendo muito importante para o metabolismo corpóreo. A Alanina está presente no

Estas informações, dosagens e posologias foram cedidas por nossos fornecedores e / ou pesquisadas em literaturas técnicas específicas, devendo ser analisadas pelo médico antes de adotadas na Clínica.

GAMMA COMÉRCIO, IMPORTAÇÃO & EXPORTAÇÃO LTDA.

R. Guilherme Asbahr Neto, 80 – Chácara Monte Alegre – CEP: 04646-000 - São Paulo – SP - Brasil.

Tel.: +55 11.5031- 6060 /FAX.: +55 11.5031- 6060

www.gamma.com.br



tecido muscular e pode ser convertida rapidamente em glicose, ajudando na quebra de açúcares, sendo também importante na preservação da musculatura; ambos estão envolvidos na troca de nitrogênio com tecido e o armazenamento de glicose.

A L alanil L glutamina tem um importante papel na hidratação intracelular, que é interessante quando se diz respeito a atividades físicas intensas ou outras formas de estresses físicos, soma-se a isto a capacidade de promover uma forte ação anti-catabólica dos músculos favorecendo a síntese proteica.

Quando o organismo é submetido a variadas formas de estresse como alterações psicológicas, ansiedade, cirurgias, traumatismos, queimaduras, exercícios físicos intensos, por exemplo, ocorre o catabolismo muscular, além de aumento da possibilidade de imunodepressão, onde se eleva a incidência de infecções. A L alanil L glutamina combate tal quadro aumentando o aporte de glutamina às células. Tal fato se dá porque os mecanismos que controlam o crescimento da célula muscular são governados pela quantidade de glutamina retida dentro desta célula. Os níveis de glutamina muscular comandam o índice da síntese de proteínas levando ao ganho de tecido muscular ou a garantia de que este não seja diminuído.

A absorção do dipeptídeo tem se mostrado mais eficaz que a dos aminoácidos isolados devido a menor quantidade de energia necessária para que o processo ocorra, sendo assim melhor opção ao uso dos aminoácidos individualizados.

Além de manter uma melhor hidratação do atleta durante exercícios mais exigentes, a L alanil L glutamina também fornece a glutamina necessária para evitar o desgaste muscular. Quando os níveis de glutamina intracelular aumentam causam uma expansão celular, ocorre uma otimização do anabolismo (ganho de tecido muscular), e a diminuição do catabolismo (perda de tecido muscular).

Via mecanismos diretos e indiretos, a suplementação de glutamina aumenta a capacidade do organismo para sintetizar tecido muscular. Sua utilização também leva a outros benefícios como a melhora na absorção de nutrientes pelo sistema digestivo e maior proteção contra a translocação bacteriana, pois com o tecido mais fortalecido a dificuldade de uma bactéria conseguir transpassá-lo se eleva consideravelmente evitando assim que bactérias contidas no lúmen intestinal alcancem

Estas informações, dosagens e posologias foram cedidas por nossos fornecedores e / ou pesquisadas em literaturas técnicas específicas, devendo ser analisadas pelo médico antes de adotadas na Clínica.

GAMMA COMÉRCIO, IMPORTAÇÃO & EXPORTAÇÃO LTDA.

R. Guilherme Asbahr Neto, 80 – Chácara Monte Alegre – CEP: 04646-000 - São Paulo – SP - Brasil.

Tel.: +55 11.5031- 6060 /FAX.: +55 11.5031- 6060

www.gamma.com.br



outros tecidos do organismo gerando danos, e também aumenta a quantidade de enzimas hepáticas antioxidantes protegendo de forma mais eficaz este órgão de vital importância ao indivíduo.

Benefícios da L-alanil-L-glutamina

- ✓ Fonte de energia
- ✓ Melhor absorção pelo intestino
- ✓ Reparação e reconstrução dos músculos após exercícios
- ✓ Proteção do organismo

Indicações

Recomendado para praticantes de exercícios físicos intensos, podendo também ser utilizado como apoio nutricional para pacientes em situação de catabolismo acentuado, disfunção intestinal, sistema imunológico fragilizado, neoplasias e depleção de glutamina.

Melhorar o desempenho do atleta promovendo a manutenção de fluidos e eletrólitos no organismo durante treinos exigentes;

Inibir a quebra de proteínas musculares;

Sintetizar proteínas musculares;

Melhorar a absorção de nutrientes;

Estimular a síntese de glicogênio;

Auxiliar o sistema imunológico;

Posologia

Estas informações, dosagens e posologias foram cedidas por nossos fornecedores e / ou pesquisadas em literaturas técnicas específicas, devendo ser analisadas pelo médico antes de adotadas na Clínica.

GAMMA COMÉRCIO, IMPORTAÇÃO & EXPORTAÇÃO LTDA.

R. Guilherme Asbahr Neto, 80 – Chácara Monte Alegre – CEP: 04646-000 - São Paulo – SP - Brasil.

Tel.: +55 11.5031- 6060 /FAX.: +55 11.5031- 6060

www.gamma.com.br



Sugestão de dosagem de 200 a 1500mg por dia podendo variar de acordo com a indicação médica.

Contraindicações.

Em paciente com insuficiência renal, insuficiência hepática, pacientes pediátricos e gestantes.

Efeitos colaterais

Não é relato nenhum tipo de efeito adversos.

Sugestão de associações

Mesmos ativos que aumenta a eficácia da glutamina como, cisteína, glicina, arginina, citrulina, alfa cetoglutarato.

Referências

Harris RC1, *et al* L-glutamine absorption is enhanced after ingestion of L-alanylglutamine compared with the free amino acid or wheat protein. *Nutr Res.* (2012).

Lima AA1, *et al* Effects of an alanyl-glutamine-based oral rehydration and nutrition therapy solution on electrolyte and water absorption in a rat model of secretory diarrhea induced by cholera toxin. *Nutrition.* (2002).

Cruzat VF1, Rogero MM, Tirapegui J Effects of supplementation with free glutamine and the dipeptide alanyl-glutamine on parameters of muscle damage and inflammation in rats submitted to prolonged exercise. *Cell Biochem Funct.* (2010).

Estas informações, dosagens e posologias foram cedidas por nossos fornecedores e / ou pesquisadas em literaturas técnicas específicas, devendo ser analisadas pelo médico antes de adotadas na Clínica.

GAMMA COMÉRCIO, IMPORTAÇÃO & EXPORTAÇÃO LTDA.

R. Guilherme Asbahr Neto, 80 – Chácara Monte Alegre – CEP: 04646-000 - São Paulo – SP - Brasil.

Tel.: +55 11.5031- 6060 /FAX.: +55 11.5031- 6060

www.gamma.com.br



Jackson NC, et al. Effects of glutamine supplementation, GH, and IGF-1 on glutamine metabolism in critically ill patients. Am. J. Physiol. Endocrinol. Metab. 278(2): E 226-33,2000.

Curi R. Glutamina: metabolismo e aplicações clínicas e no esporte. Rio de Janeiro: Sprint, 2000. 261p.

Curi R, Lagranha CJ, Doi SQ, Sellitti DF, Procopio J, Pithon-Curi TC, Corless M, Newsholme P. Molecular mechanisms of glutamine action. J Cell Physiol. 2005;204:392-401.

Rogero MM, Tirapegui JO. Considerações nutricionais e bioquímicas da suplementação de glutamina em atletas: controvérsias e aspectos atuais. J Metab Nutr. 2003;7:106-17.

Rogero MM, Tirapegui JO, Pedrosa RG, Pires ISO, Castro IA. Plasma and tissue glutamine response to acute and chronic supplementation with L-glutamine and L-alanyl-L-glutamine in rats. Nutr Res. 2004;24:261-70.

Estas informações, dosagens e posologias foram cedidas por nossos fornecedores e / ou pesquisadas em literaturas técnicas específicas, devendo ser analisadas pelo médico antes de adotadas na Clínica.

GAMMA COMÉRCIO, IMPORTAÇÃO & EXPORTAÇÃO LTDA.
R. Guilherme Asbahr Neto, 80 – Chácara Monte Alegre – CEP: 04646-000 - São Paulo – SP - Brasil.

Tel.: +55 11.5031- 6060 /FAX.: +55 11.5031- 6060
www.gamma.com.br