



Purifarma

L-GLUTAMINA

Identificação:

CAS: 56-85-9

DCB: 04518

Fórmula Molecular: $C_5H_{10}N_2O_3$

Peso Molecular: 146,15

USO: Oral

Propriedades:

A Glutamina é um dos aminoácidos codificados pelo código genético, sendo portanto, um dos componentes das proteínas dos seres vivos.

A glutamina é o aminoácido livre mais abundante no tecido muscular. Além de atuar como nutriente (energético) para as células imunológicas, a glutamina apresenta uma importante função anabólica promovendo o crescimento muscular. Este efeito pode estar associado à sua capacidade de captar água para o meio intracelular, o que estimula assim a síntese proteica.

Posologia:

Até 5000 mg ao dia.

Funções:

A glutamina exerce funções muito importantes para o corpo, como de manutenção do sistema imunológico; equilíbrio do balanço ácido/básico durante estado de acidose; possível reguladora da síntese e da degradação de proteínas; controle do volume celular; desintoxicação corporal do nitrogênio e da amônia; controle entre o catabolismo e anabolismo; no combate à síndrome do overtraining (OTS); precursor de nitrogênio para a síntese de nucleotídeos.

Duas particularidades importantes da glutamina são a sua capacidade de promover uma liberação extra de hormônios e a presença de dois radicais amina em sua cadeia carbônica.

Para alguns nutricionistas, a glutamina não é considerada como "não essencial" devido a sua grande importância tanto para a síntese dos demais aminoácidos quanto para a manutenção da homeostase de vários tecidos durante estados catabólicos.

Síntese de Aminoácidos:

A síntese dos aminoácidos se dá devido a capacidade da glutamina de doar um radical amina de sua cadeia para a formação de outros aminoácidos. Assim, a glutamina possui um papel importante na gliconeogênese ao participar do ciclo alanina-glicose. No músculo, o ácido pirúvico recebe uma radical amina do ácido glutâmico (derivado da glutamina) e formará a alanina que por sua vez será transportada para o fígado onde após sua desaminação (perda de NH_2), produzirá glicose.

Sugestão de fórmula:

Suplemento Nutricional	
Composição	Quantidade
L-Glutamina	5g
Excipiente qsp	1 sachê
Posologia: 1 sachê dissolvido no leite ou suco de frutas	



São Paulo (11) 2067.5600
Brasil 0800 0258 825



www.purifarma.com.br



[grupopurifarma](https://www.instagram.com/grupopurifarma)



[Purifarma](https://www.facebook.com/Purifarma)



purifarma.com.br/Blog



Purifarma

Referências

IN 28/2018 - Acesso em 17/02/2021
BATISTUZZO, J.A; ITAYA, M; ETO, Y. Formulário Médico-Farmacêutico. São Paulo/
SP: Atheneu, 5ª Ed. 2015

Rev.0 - 17/02/2021 SAC/PE



São Paulo (11) 2067.5600
Brasil 0800 0258 825



www.purifarma.com.br



[grupopurifarma](https://www.instagram.com/grupopurifarma)



[Purifarma](https://www.facebook.com/Purifarma)



purifarma.com.br/Blog

