



**Purifarma**

## L-GLUTAMINA

### Identificação:

**CAS:** 56-85-9

**DCB:** 04518

**Fórmula Molecular:** C<sub>5</sub>H<sub>10</sub>N<sub>2</sub>O<sub>3</sub>

**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<sub>2</sub>), 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](http://www.purifarma.com.br)



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



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



[purifarma.com.br/Blog](http://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](http://www.purifarma.com.br)



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



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



[purifarma.com.br/Blog](http://purifarma.com.br/Blog)

