



TAURINA

EQUILÍBRIO CELULAR E FORÇA MUSCULAR EM UM ÚNICO AMINOÁCIDO.

O QUE É?

A taurina, ou ácido beta-aminossulfônico, é um composto final do metabolismo dos aminoácidos sulfurados (metionina e cisteína). Embora o organismo humano consiga sintetizá-la, essa habilidade é limitada, tornando a ingestão através da dieta (especialmente frutos do mar e carnes) ou suplementação essencial para a manutenção dos níveis ideais no corpo.

BENEFÍCIOS

- Proteção Antioxidante
- Estabilidade Muscular e Celular
- Melhora da Digestão
- Ação Neuroprotetora
- Desintoxicação

INDICAÇÃO

- Saúde Cardiovascular
- Saúde Ocular
- Sistema Nervoso.
- Saúde Hepática e Digestiva
- Suporte Metabólico

COMO AGE?

A taurina, ou ácido beta-aminossulfônico, atua como um composto fundamental no metabolismo humano, exercendo funções que vão desde a digestão até a estabilização celular. No sistema digestivo, ela se conjuga com sais de sódio e potássio para formar o ácido taurocólico, componente essencial da bile que permite a solubilidade do colesterol e a correta absorção de gorduras. Em nível celular, o ativo funciona como um osmorregulador, equilibrando a entrada e saída de água e sais, além de atuar como um estabilizador das membranas, garantindo a integridade de tecidos como os músculos e o coração.

SUGESTÃO DE FÓRMULAS:

Suporte Cardiovascular e Hipertensão

Taurina _____ 1 g a 3 g.

Posologia: Tomar 1 dose ao dia, preferencialmente pela manhã, ou conforme orientação médica.

Modulação do Sistema Nervoso (Anti-tremores e Sono)

Taurina _____ 400 mg

Posologia: Tomar 1 cápsula à noite ou conforme necessidade clínica.

POSOLOGIA SUGERIDA:

Suplemento Dietético: 100 mg a 600 mg ao dia.

Doenças Cardiovasculares: 1 g a 3 g ao dia.

ESTUDO CLÍNICO

Pressão Arterial: Estudos indicam que a suplementação com taurina pode baixar a pressão sanguínea, uma vez que baixos níveis do aminoácido estão correlacionados à hipertensão.

Insuficiência Cardíaca: Pesquisas demonstram melhora na contratilidade do coração em pacientes cardíacos.

Proteção Hepática: Estudos em modelos animais sugerem efeitos positivos sobre a esteatose hepática e inibição de cálculos na vesícula.

