



L-METHIONINA

SUA ALIADA VITAL CONTRA A GORDURA NO FÍGADO E O ESTRESSE OXIDATIVO

O QUE É?

A L-Metionina é um aminoácido essencial sulfurado (contém enxofre). Juntamente com a L-Cistina, é a principal fonte de enxofre orgânico para o organismo humano. Por ser essencial, o corpo não consegue produzi-la, devendo ser obtida através da dieta ou suplementação.

BENEFÍCIOS

- Fonte de Enxofre Orgânico
- Ação Lipotrópica
- Poder Antioxidante
- Auxílio Estrutural

INDICAÇÃO

- Distúrbios Hepáticos
- Desintoxicação por Fármacos
- Alcoolismo
- Doenças Reumáticas
- Saúde Urinária

COMO AGE?

A L-Metionina atua como um aminoácido essencial sulfurado que desempenha um papel fundamental no metabolismo lipídico e na desintoxicação do organismo. Sua principal ação é lipotrópica, o que significa que ela facilita a transferência de grupos metila para a produção de colina. A colina, por sua vez, forma a lecitina, que se associa a gorduras neutras para torná-las solúveis, prevenindo assim o acúmulo e a coesão de gordura no fígado. Além disso, a L-Metionina condensa-se com o ATP para formar a S-Adenosil-L-Metionina (metionina ativa), que fornece grupos metila essenciais para a síntese de compostos como adrenalina, creatina e colina, além de auxiliar na neutralização de toxinas.

SUGESTÃO DE FÓRMULAS:

Shake de Aminoácidos Essenciais (Uso Geriátrico)

L-Metionina..... 0,67g
L-Leucina..... 16,67g
L-Isoleucina.....8,33g
L-Valina:8,33g
L-Lisina.....8,67g.

Modo de uso: Bater 7,5g do pó em um copo de água. Tomar 2x ao dia.

POSOLOGIA SUGERIDA:

Dose Diária Recomendada: Geralmente utilizada na faixa de 200mg a 1000mg ao dia.

Dose Máxima: Até 3g por dia

ESTUDO CLÍNICO

A literatura cita o uso da metionina na melhora da reatividade braquial e estresse oxidativo em indivíduos idosos. Além disso, destaca sua importância como aminoácido limitante em proteínas vegetais (como soja e batata) e sua eficácia equivalente na forma DL-Metionina para fortificação nutricional

Parâmetro Avaliado	Condição Inicial (Deficiência/Stres)	Após Suplementação/U	Impacto Observado
Estresse Oxidativo	Elevado	Reduzido (pela síntese de	Melhora Significativa
Reatividade Braquial	Comprometida	Melhorada	Melhora na Função Vascular
Proteção Hepática	Risco de Infiltração de Gordura	Prevenção da Coesão de	Ação Lipotrópica

