



# L-CISTEÍNA

## A FORÇA DOS AMINOÁCIDOS PARA O CRESCIMENTO SAUDÁVEL DOS SEUS CABELOS.

### O QUE É?

A L-Cisteína é um aminoácido essencial. Devido à instabilidade da L-Cisteína livre frente à oxidação, ela é comumente encontrada na forma de cloridrato, que oferece maior estabilidade. É facilmente convertida em L-Cistina por meio de processos de oxi-redução.

### BENEFÍCIOS

- Ação Antioxidante: Combate os radicais livres, especialmente quando associada ao selênio e à vitamina E.
- Proteção Celular: Protege as células do fígado (hepáticas) e as células cerebrais contra os efeitos nocivos do álcool e do fumo.
- Efeito Mucolítico: Aumenta a fluidez das mucoproteínas ao converter as ligações.
- Promoção do Crescimento Capilar: Auxilia na recuperação e saúde dos fios em casos de perda capilar

### INDICAÇÃO

- Alopecia: Tratamento da queda de cabelo, sendo utilizada isoladamente ou em associação com a vitamina B6.
- Suplementação Dietética: Uso como aminoácido essencial para complementar a dieta.
- Problemas Respiratórios: Utilizada para a fluidificação do muco no trato respiratório.
- Afecções Oftalmológicas: Prevenção de úlceras de córnea após a ocorrência de queimaduras químicas.
- Desintoxicação: Auxílio na remoção do excesso de cobre do organismo.

## COMO AGE?

A L-Cisteína atua de diversas formas no organismo, destacando-se por sua capacidade de ser facilmente convertida em L-Cistina através de processos de oxidação-redução. No sistema respiratório, ela exerce uma ação mucolítica ao aumentar a fluidez das mucoproteínas, transformando as ligações em grupos . Além disso, este aminoácido participa ativamente de processos de desintoxicação e eliminação de radicais livres, agindo em conjunto com o selênio e a vitamina E. Sua atuação estende-se à proteção das células hepáticas e cerebrais contra danos causados pelo consumo de álcool e fumo.

## SUGESTÃO DE FÓRMULAS:

### Combo Antialopécia (Uso Interno)

L-Cisteína.....300mg  
Vitamina B6.....50mg

**Tomar 1 cápsula ao dia.**

### Suplemento Antioxidante (Uso Interno)

L-Cisteína.....200mg  
Vitamina E..... 100UI  
Selênio.....50mcg

**Tomar 1 cápsula ao dia.**

## POSOLOGIA SUGERIDA:

Dose Usual (Alopécia): 100 a 500mg/dia.

Dose Usual (Suplemento Dietético): 100 a 500mg/dia.

Limite Máximo: As doses não devem exceder 1,5g/dia

## ESTUDO CLÍNICO

L-cisteína é também utilizada topicamente em oftalmologia, juntamente com antibióticos e cicloplégicos. Gotas oftálmicas contendo esse aminoácido têm sido utilizadas na prevenção de ulceração da córnea após queimadura química. Alguns trabalhos, em especial os da Inglaterra, indicam que esse aminoácido, associado ao Ácido Pantotênico, também pode ser útil no tratamento da artrite reumatóide e da osteoartrite.

Aplicações Terapêuticas da L-Cisteína (conforme o texto)

Prevenção de Ulceração da Córnea (Pós-queimadura química)	Oftalmologia
Uso Oftálmico (c/ Antibióticos e Cicloplégicos)	Oftalmologia
Tratamento de Artrite Reumatóide (c/ Ácido Pantotênico)	Reumatologia
Tratamento de Osteoartrite (c/ Ácido Pantotênico)	Reumatologia

