

## GLUTAMMINA

- RAPPRESENTA PIU' DEL 50% DEL POOL AMINOACIDICO TOTALE
- E' L'AMINOACIDO CON LA PIU' ALTA CONCENTRAZIONE PLASMATICA
- SEMBRA CHE TUTTE LE FORME DI STRESS (traumi, ustioni, infezioni, digiuno,, malnutrizione esercizio fisico) RIDUCANO IL CONTENUTO DI GLUTAMMINA NEI MUSCOLI ( diminuzioni sino al 50%)
- L'UTILIZZO DELLA GLUTAMMINA DA PARTE DELL'INTESTINO E DEL SISTEMA IMMUNITARIO, HA LA PRECEDENZA SULLA SINTESI DELLE PROTEINE.
- LA GLUTAMMINA AGISCE COME REGOLATORE DELLA SINTESI PROTEICA, AUMENTANDONE LA SINTESI E DIMINUENDONE LA DEGRADAZIONE A LIVELLO DEI MUSCOLI SCHELETRICI
- LA GLUTAMMINA AUMENTA LO STATO DI IDRATAZIONE CELLULARE (FATTORE RESPONSABILE DELLA SINTESI PROTEICA) IN SINERGIA CON LA CREATINA MA CON UN'AZIONE PIU' POTENTE.

- I PROCESSI DI IDRATAZIONE CELLULARE E QUELLI ANABOLICI RIMANGONO ALTI PER TUTTO IL TEMPO CHE IL CONTENUTO DI GLUTAMMINA NEL MUSCOLO RIMANE ALTO
- LA GLUTAMMINA E' UN PRECURSORE DEL GLUTATIONE
- UNA DOSE ORALE DI GLUTAMMINA SEMBRA DA RECENTI STUDI, POSSA ALZARE LA SECREZIONE BASALE DI GH E DI TESTOSTERONE (quest'ultimo non con azione diretta)
- EFFETTI PROTETTIVI NEI CONFRONTI DELL'APPARATO GASTRO - INTESTINALE (comprese radiazioni)