

## N – ACETIL – CISTEINA

La NAC è più stabile rispetto alla Cisteina. Gli integratori di Cisteina vengono ossidati e resi inattivi nell'apparato gastro – intestinale, causando anche possibili effetti collaterali.

E' un componente essenziale del Glutatione.

Agisce come potente antiossidante, sia da sola, sia in sinergia con altre sostanze.

E' un componente del Coenzima A, a sua volta coinvolto nel metabolismo dei lipidi e dei glucidi.

E' un precursore della Taurina.

Diversi studi hanno mostrato l'efficacia della NAC in patologie polmonari di tipo cronico.

Dimostrati anche effetti epatoprotettivi nei confronti di vari composti tossici per il fegato.

La NAC, per le sue proprietà antiossidanti si rivela utile nel ridurre lo stress ossidativo indotto dall'esercizio fisico;

migliorandone in più i tempi di esecuzione dell'esercizio e preservando i livelli di Glutathione durante lo stesso.