

Uso: Interno

Fator de Correção: Não se aplica

Fator de Equivalência: Não há

L-NORVALINA NUTRACÊUTICO

A L-Norvalina é um aminoácido não proteico derivado da valina e é amplamente reconhecida por sua capacidade de inibir a enzima arginase, responsável pela degradação de L-arginina. Ao bloquear essa conversão, a L-Norvalina potencializa a disponibilidade de L-arginina no organismo, o que promove a síntese de óxido nítrico (NO), molécula sinalizadora crucial que impulsiona a elevação dos níveis de guanosina monofosfato cíclico (GMPc), levando à alteração do tônus vascular ao estimular o relaxamento da musculatura lisa, promovendo um fluxo sanguíneo mais eficiente, uma melhor entrega de oxigênio e nutrientes aos tecidos, e uma remoção mais eficaz de metabólitos como ácido lático e amônia. Esses efeitos são particularmente vantajosos para atletas, pois ajudam a melhorar o desempenho físico, diminuem a fadiga muscular e favorecem a recuperação após os exercícios, além de contribuir para o aumento da massa muscular, força e resistência.

Além de seus efeitos positivos no desempenho físico, a L-Norvalina tem despertado interesse por suas propriedades terapêuticas e neuroprotetoras. Ademais, apresenta um efeito anti-inflamatório nos vasos sanguíneos, diminuindo a expressão de moléculas de adesão e, por conseguinte, a inflamação vascular, o que pode ser benéfico para a prevenção de doenças cardiovasculares.

No que diz respeito ao sistema nervoso central, a L-Norvalina demonstra a capacidade de aprimorar a função cognitiva, ao reduzir a inflamação neuronal e promover a formação de sinapses, o que pode ser vantajoso em situações como o envelhecimento do cérebro e doenças neurodegenerativas.

Por sua ação multifuncional, a L-Norvalina destaca-se como um suplemento promissor, tanto para atletas quanto para pessoas que desejam otimizar a saúde vascular, imunológica e cognitiva.

Recomendação de uso:

Dose Usual: 200 a 400 mg/dia;

Crianças: Não recomendado.

Ações:

Aumento no desempenho físico, força, resistência e energia. Além de auxiliar na recuperação muscular e estímulo à circulação periférica.



Contra indicações/ Efeitos adversos:

Contraindicado para crianças, gestantes ou lactantes. L-Norvalina é incompatível com agentes oxidantes.

Pode causar desconforto gastrointestinal (náuseas, dor abdominal, diarreia), dor de cabeça e inchaço.

Referências Bibliográficas:

1. Gilinsky, M. A.; Polityko, Y. K.; Markel, A. L.; Latysheva, T. V.; Samson, A. O.; Polis, B.; Naumenko, S. E. Norvaline Reduces Blood Pressure and Induces Diuresis in Rats with Inherited Stress-Induced Arterial Hypertension. Biomed Research International, v. 2020, p. 4935386, 12 fev. 2020. DOI: 10.1155/2020/4935386.
2. Polis, B.; Srikanth, K.D.; Elliott, E.; Gil-Henn, H.; Samson, A.O. L-Norvaline Reverses Cognitive Decline and Synaptic Loss in a Murine Model of Alzheimer's Disease. Neurotherapeutics, v. 15, n. 4, p. 1036–1054, out. 2018. DOI: 10.1007/s13311-018-0669-5.

E.S. 02/09/2025

