

## UBIQUINOL

**CAS:** 992-78-9

**DCB:** Não aplicável

**Fórmula Molecular:** C<sub>59</sub>H<sub>92</sub>O<sub>4</sub>

**Peso Molecular:** 865,36 g/mol

**Composição:** ubiquinol

**Uso:** Oral

A coenzima Q10 existe em duas formas, uma forma oxidada e outra forma reduzida. Ubiquinol é a forma totalmente reduzida, é popularmente conhecido como a forma ativa da coenzima Q10, isso significa que o ubiquinol tem uma absorção muito maior e melhor efeito terapêutico.

A suplementação de ubiquinol melhora o desempenho muscular e previne danos musculares após exercícios extenuantes em uma população de indivíduos treinados que não são atletas de elite. Isto poderia ter um efeito positivo sobre os impactos musculares, desempenho físico e percepção de fadiga em atletas não profissionais após treinamento com pesos em circuito de alta intensidade.

Vários estudos também relatam os benefícios da suplementação de Ubiquinol em pessoas com insuficiência cardíaca crônica.

### Indicações

- Deficiências de coenzima Q10;
- Auxilia nas doenças mitocondriais;
- Auxilia na proteção dos danos causados pelos radicais livres;
- Contribui com a redução de sintomas musculares associados às estatinas.

### Dosagem Sugerida

- Oral: até 200 g/dia ou de acordo com a prescrição.
- Tópico: não aplicável.
- Fator de correção: avaliar de acordo com o certificado de análise.

### Advertências:

O seu uso não está autorizado para crianças, gestantes e lactantes. Em caso de hipersensibilidade a algum dos componentes da formulação, interromper o uso do produto e consultar o médico.

### Efeitos Adversos:

Os efeitos colaterais mais comuns são sintomas gastrointestinais, como supressão do apetite, náuseas, vômitos e desconforto abdominal.

### Informações Farmacotécnicas

Insumo fotossensível, higroscópico e sensível ao ar. Preferencialmente usar cápsulas opacas, vegetais e excipientes adequados para insumos higroscópicos.

## Sugestões de Fórmulas:

### Antioxidante

Componentes	Quantidades
Ácido Alfa Lipoico	100 mg
Ubiquinol	10 mg
Carbotil Ag	qsp
Posologia: 1 dose até 3x ao dia.	

### Auxílio na Fibromialgia

Componentes	Quantidades
Ubiquinol	100 mg
Palmitoiletanolamida	100 mg
Carbotil Ag	Qsp
Posologia: 1 cápsula, uma vez ao dia.	

**NOTA:** Todas as sugestões de fórmulas devem ser testadas e o desenvolvimento da farmacotécnica mais adequada ao processo da farmácia deve ser validada pelo farmacêutico (a) responsável pela manipulação.

## Referências:

1. Informações técnicas do fabricante.
2. Fladerer JP, Grollitsch S. Comparison of Coenzyme Q10 (Ubiquinone) and Reduced Coenzyme Q10 (Ubiquinol) as Supplement to Prevent Cardiovascular Disease and Reduce Cardiovascular Mortality. *Curr Cardiol Rep.* 2023 Nov 16.
3. Moreno-Fernandez J, Puche-Juarez M, Toledano JM, Chiroso I, Chiroso LJ, Pulido-Moran M, Kajarabille N, Guisado IM, Guisado R, Diaz-Castro J, Ochoa JJ. Ubiquinol Short-Term Supplementation Prior to Strenuous Exercise Improves Physical Performance and Diminishes Muscle Damage. *Antioxidants (Basel).* 2023 May 31;12(6):1193.

Rev.0 - 21/11/2023.

