

## ADENOSINA TRIFOSFATO DISSÓDICO

**CAS:** 51963-61-2

**FÓRMULA MOLECULAR:**  $C_{10}H_{14}N_5Na_2O_{13}P_3$

**PESO:** 551.1

**INFORMAÇÕES GERAIS:** O trifosfato de adenosina (ATP) é um nucleótido endógeno de adenina com um papel fundamental na transformação de energia celular.

O ATP é hidrolisado para o difosfato de adenosina (ADP) liberando a energia armazenada em ligações de fosfato. Quando o ATP é hidrolisada para o difosfato de adenosina (ADP) e fosfato inorgânico (Pi), a ligação de fosfato terminal é quebrada e a energia é libertada para dirigir os processos biológicos.

Para o desempenho humano, a energia libertada pela hidrólise do ATP é de suma importância para a contração muscular. Assim, em teoria, qualquer suplementação nutricional que pode aumentar as concentrações de ATP também poderá melhorar o desempenho durante os exercícios de alta intensidade.

Além disso, o ATP extracelular influencia em muitos processos biológicos. Por ser um vasodilatador tem sido utilizado também em distúrbios variados e os seus sais têm sido utilizados em distúrbios cerebrais, periféricos e vasculares e também para o tratamento de taquicardia supraventricular.

Estudos realizados mostram que a administração por uso oral aumenta o fluxo sanguíneo após o exercício em animais e seres humanos, e mostra-se eficaz durante a recuperação do exercício. Pois a adenosina estimula a vasodilatação através da ligação à receptores de P2Y2 endoteliais ATP seletivos.

**INDICAÇÃO:** Aumento do desempenho físico. Melhora da energia e disposição. Diminuição do consumo de oxigênio. Aumento dos níveis de ATP sanguíneo e muscular. Distúrbios vasculares e também para o tratamento de taquicardias de supraventricular.

**FAIXA DE DOSAGEM USUAL:** 150 mg ao dia.

## SUGESTÃO DE FÓRMULA

qsp.....1 caps

Tomar 1 cápsula ao dia meia hora antes do treino.

## REFERÊNCIAS:

JÄGER R, ROBERTS MD, LOWERY RP et al. **Oral adenosine-5'-triphosphate (ATP) administration increases blood flow following exercise in animals and humans.** J Int Soc Sports Nutr. 2014.

TRENT J HERDA, ERIC D RYAN, JEFFREY R STOUT et al. **Effects of a supplement designed to increase ATP levels on muscle strength, power output, and endurance.** J Int Soc Sports Nutr. 2008.

SWEETMAN Sean C. Martindale, **The Complete Drug Reference**; ed. 36<sup>a</sup>. Editora Pharmaceutical Press, London, 2009.

Texto atualizado em: 11/09/2015.