

# L-Cistina

**CAS:** 56-89-3

**DCB:** 02159

**Fórmula Molecular:** C<sub>6</sub>H<sub>12</sub>N<sub>2</sub>O<sub>4</sub>S<sub>2</sub>

**Peso Molecular:** 240,30

**USO:** Oral

A L- Cistina é um aminoácido alifático, usado como suplemento dietético em processos de cicatrização pós-cirurgias. Também é usada para melhorar distúrbios respiratórios, como bronquite. É também importante na síntese de insulina

## Indicações:

- Fonte suplementar de L-Cistina;
- Prevenção de quedas de cabelo;
- Suplementação esportiva;
- Imunomodulador;

## Dosagem:

- Oral: É usada na faixa de 25 a 1500 mg por dia.

## Contraindicações:

- Não citadas nas fontes pesquisadas.

## Sugestões de Fórmulas:

### Prevenção de queda de cabelos

| Componentes                                                                                            | Quantidades |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|
| Metionina                                                                                              | 200 mg      |
| L-Cisteína                                                                                             | 80 mg       |
| L-Cistina                                                                                              | 25 mg       |
| Colágeno Peptan                                                                                        | 25 mg       |
| Pantotenato de Cálcio                                                                                  | 25 mg       |
| Excipiente qsp                                                                                         | 1 cápsula   |
| <b>Posologia:</b> 2 cápsulas, 3 vezes ao dia por 1 a 2 semanas, e seguir com 1 cápsula 3 vezes ao dia. |             |

| Componentes                                                           | Quantidades |
|-----------------------------------------------------------------------|-------------|
| Vitamina B6                                                           | 60 mg       |
| Pantotenato de Cálcio                                                 | 60 mg       |
| Queratina                                                             | 60 mg       |
| PABA                                                                  | 20 mg       |
| L-Cistina                                                             | 20 mg       |
| Excipiente qsp                                                        | 1 cápsula   |
| <b>Posologia:</b> 21 cápsula, duas vezes ao dia, antes das refeições. |             |



## Sugestões de Fórmulas:

### Suplementação Aminoácidos - Medicina Esportiva

| Componentes                                                                                               | Quantidades |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|
| Ácido Aspártico                                                                                           | 22 mg       |
| Ácido Glutâmico                                                                                           | 54 mg       |
| Alanina                                                                                                   | 15 mg       |
| L-Arginina                                                                                                | 6 mg        |
| L-Cisteína                                                                                                | 6 mg        |
| L-Cistina                                                                                                 | 1 mg        |
| L-Fenilalanina                                                                                            | 10 mg       |
| L-Glicina                                                                                                 | 16 mg       |
| L-Glutamina                                                                                               | 6 mg        |
| L-Histidina                                                                                               | 7 mg        |
| L-Isoleucina                                                                                              | 37 mg       |
| <b>Posologia:</b> 2 cápsulas no almoço e no jantar e em dias de treino: 6 cápsulas no almoço e no jantar. |             |

### Imunomodulador

| Componentes                                     | Quantidades |
|-------------------------------------------------|-------------|
| L-Theanina                                      | 140 mg      |
| L-Cistina                                       | 350 mg      |
| Excipiente qsp                                  | 1 cápsula   |
| <b>Posologia:</b> 1 cápsula, duas vezes ao dia. |             |

## Referências:

1. BATISTUZZO, J.A; ITAYA, M; ETO, Y. Formulário Médico-Farmacêutico. São Paulo/ SP: Atheneu, 6ª Ed. 2021.
2. FERREIRA, A.O. Guia Prático da Farmácia Magistral. 5 ed. Pharmabooks. Juiz de Fora, 2019.

Rev.1 - 21/10/2021 RT/SAC

