

L-GLICINA

Identificação

CAS: 56-40-6

DCB: 04472

Fórmula Molecular: $C_2H_5NO_2$

Peso Molecular: 75,07

Uso: Oral

A L-Glicina é considerada um suplemento alimentar bastante conhecido e também o corpo produz a partir de outros aminoácidos. É um aminoácido encontrado na composição do colágeno, uma proteína importante para aparência da pele. É também encontrada em alimentos ricos em proteínas. É um aminoácido usado com antiácidos, para o tratamento da hiperacidez gástrica. Também é usada em formulações com aspirina para reduzir os efeitos colaterais gástricos.

Função

- Fonte de aminoácidos.

Dosagem

Oral: A dosagem usual é de 20 a 200 mg, podendo chegar até 2980 mg.

OBS.: Os aminoácidos devem ser tomados com o estômago vazio e acompanhados de água ou suco de frutas.

Advertências

Este produto não deve ser consumido por gestantes, lactantes e crianças. Esta informação deve constar no rótulo do produto acabado.

Sugestões de Fórmulas

Suplemento de Aminoácidos	
Composição	Quantidade
Ácido Aspártico	22 mg
Ácido Glutâmico	54 mg
L-Alanina	15 mg
L-Arginina	9 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
Excipiente qsp	1 cápsula
Modo de usar: Duas cápsulas antes do almoço e do jantar.	



Suplemento de Aminoácidos para desenvolvimento muscular	
Composição	Quantidade
L-Arginina	112 mg
L-Fenilalanina	156 mg
Ácido Glutâmico	200 mg
L-Prolina	64 mg
L-Glicina	64 mg
L-Cisteína	52 mg
L-Leucina	152 mg
L-Isoleucina	96 mg
Serina	104 mg
Excipiente qsp	1 cápsula
Modo de usar: atletas – durante treinamento, 3 a 4 cápsulas ao dia. Não atletas 2 a 3 cápsulas ao dia.	

Referências

1. Instrução Normativa nº 28 de 2018. ANVISA. Disponível em: <<https://app.powerbi.com/view?r=eyJrIjozM2M3NjkzYmMtODY0ZS00YzYzLTlhNGltM2M2NGNjZjk2YjIhIiwidCI6ImI2N2FmMjNmLWMzZjMtNGQzNS04MGM3LWI3MDg1ZjVIZGQ4MSJ9>>. Acesso em: 13/08/2021.
2. BATISTUZZO, J.A; ITAYA, M; ETO, Y. Formulário Médico-Farmacêutico. São Paulo/ SP: Atheneu, 6ª Ed. 2021.
3. FERREIRA, A.O. Guia Prático da Farmácia Magistral. 5 ed. Pharmabooks. Juiz de Fora, 2019.

Rev.0 – 18/08/2021 RT/SAC

