



LITERATURA

TÍTULO: **Alfa GPC**

Página 1 de 2

SUGESTÃO DE FÓRMULA

Alfa GPC (Glicerilfosforilcolina).....300mg
Veículo.....qsp.....2 ml
pH= 6,5

FARMACOLOGIA E MECANISMO DE AÇÃO

O alfa-glicerilfosforilcolina, ou simplesmente Alfa GPC, é um fosfolípideo derivado da fosfatidilcolina e um precursor da acetilcolina. Sua biodisponibilidade, quando comparada a outras formas de colina, é mais elevada sendo importante ressaltar sua capacidade de atravessar a barreira hematoencefálica.

Facilita a síntese e liberação de acetilcolina pelo organismo resultando em maior facilidade de desenvolvimento muscular frente aos exercícios físicos, maior resistência e explosão muscular, melhora a função cognitiva, aumenta a facilidade de aprendizado e combate a perda de memória e demência.

Com maior disponibilidade de acetilcolina no organismo a resposta do hormônio do crescimento (GH) aos exercícios físicos se torna mais significativa, as células dos tecidos musculares esqueléticas são estimuladas e por sua ação no Sistema Nervoso Central a memória e aprendizagem são facilitadas.

Devido o aumento dos níveis de acetilcolina no cérebro as disfunções de memória relacionadas a idade e demência senil como o Alzheimer são afetadas positivamente.

INDICAÇÕES

Funções cerebrais: melhora o raciocínio, a aprendizagem e a memória. Podendo ser coadjuvante no tratamento de Alzheimer.

Suplementação esportiva: aumenta o desempenho muscular e facilitar seu desenvolvimento.

POSOLOGIA/ DOSAGEM USUAL

Suplementação: 250mg a 300mg ao dia.

Disfunções cognitivas severas: 1.000mg a 1.500mg ao dia.

EFEITOS COLATERAIS E REAÇÕES ADVERSAS

Os efeitos colaterais são principalmente colinérgicos e tendem a ser suaves: náuseas, vômito, diarreia, hiperatividade, vertigem.



LITERATURA

TÍTULO: **Alfa GPC**

Página 2 de 2

Caso venha a surgir dificuldade para respirar, arritmia, bradicardia ou taquicardia, suspender o uso imediatamente.

CONTRA INDICAÇÕES

Mulheres gestantes, nutrizes e crianças.

Pacientes hipertensos, com doença hepática ou renal, com distúrbios convulsivos, arritmias cardíacas ou qualquer disfunção cardiovascular e pulmonar, asma, doença inflamatória intestinal, síndrome do intestino irritável e síndrome da má absorção.

INTERAÇÕES MEDICAMENTOSAS

Embora não existem dados suficientes, existe a possibilidade de interações com inibidores de acetilcolinesterase e fármacos colinérgicos.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Barbagallo, S. G.; Barbagallo M.; Giordano, M.; Meli, M.; Panzarasa, R.; Alpha- Glycerophosphocholine in the mental recovery of cerebral ischemic attacks.; An Italian multicenter clinical trial.; Ann N Y Acad Sci.; n717; p.253-269; 1994.
2. Campbell, Neil A.; Williamson; R. J. B; Robin, J. Heyden; Biology: Exploring Life; Pearson Prentice Hall; Massachusetts.
3. De Jesus Moreno Moreno M.; Cognitive improvement in mild to moderate Alzheimer's dementia after treatment with the acetylcholine precursor choline alfoscerate: a multicenter, doubleblind, randomized, placebo-controlled trial . Clin. Ther.; n25; v1; p178–93; 01/2003.
4. Drago, F.; Mauceri, F.; Nardo, L.; Valerio, C.; Lauria, N.; Rampello, L.; Guidi, G.; Behavioral effects of Lalpha-glycerolphosphorylcholine: influence on cognitive mechanisms in the rat.; Pharmacol Biochem Behav.; n41; v2; p445-448; 1992.
5. Gatti, G.; Barzaghi, N.; Acuto, G.; Abbiati, G.; Fossati, T.; et al.; A comparative study of free plasma choline levels following intramuscular administration of L-alpha-glycerolphosphorylcholine and citicoline in normal volunteers.; Int J Clin Pharmacol Ther Toxicol.; n30; v9; p331-335; 1992.
6. Parnetti, L.; Abate, G.; Bartorelli, L.; Cucinotta, D.; Cuzzupoli, M.; et al.; Multicentre study of lalphaglycerolphosphorylcholine vs ST200 among patients with probable senile dementia of Alzheimer's type.; Drugs Aging.; n3; v2; p159-164; 1993.
7. Parnetti, Lucilla; et al.; Cholinergic precursors in the treatment of cognitive impairment of vascular origin: Ineffective approaches or need for re-evaluation?; Journal of the Neurological Sciences; n257; v1–2; p264–269; 2007.
8. Ziegenfuss, T., N.; Landis, J; Hofheins, J. E.; Acute Supplementation With Alpha- Glycerolphosphorylcholine Augments Growth Hormone Response T, and Peak Force Production During, Resistance Exercise. ; The Center for Applied Health Science Research, Division of Sports Nutrition and Exercise Science; Fairlawn; OH.