

# PROTOCOLO GANHO MASSA MUSCULAR/ SARCOPENIA

Sulfato de Zn 20mg/2ml – 1amp  
Sulfato de Mg 10%/2ml – 1amp  
Vitamina B6 100mg/5ml – 1amp  
Ornitina Alfa Cetogluturato 200mg/2ml – 1amp  
L-Taurina 10%/2ml – 1amp  
L-Carnitina 600mg/2ml – 1amp  
L-Leucina 1,5%/10ml - 1 amp  
L-Isoleucina 3% + L-Valina 3%/10ml - 1 amp  
Pool de Aminoácidos 10ml - 1 frasco

***\*Os produtos devem ser adicionados por ordem de pH em bolsa de soro fisiológico. Fazer uma infusão 30 - 40gts/min.***

**Zinco:** cofator importante nas reações de síntese de insulina, regularizando o metabolismo da glicose.

**Magnésio:** É o quarto mineral mais abundante no nosso organismo. Participa de mais de 300 reações enzimáticas, sendo mais concentrado nas mitocôndrias. Não só desempenha um papel significativo na produção de ATP, mas ajuda a regular o açúcar no sangue e fortalece os ossos. Além disso, facilita o relaxamento muscular e a síntese de gordura, proteína e ácido nucléico.

**Vitamina B6:** coenzima importante na cadeia respiratória

**OKG:** melhora desempenho físico, a substância atua no crescimento, fortalecimento da massa muscular, aumento do vigor físico e na prevenção da perda de músculos.

**L-Taurina:** ajuda a evitar o catabolismo (degradação) de proteínas, favorecendo o uso de gorduras como fonte de energia, ajuda na excreção de substâncias das células que não são mais importantes para o nosso organismo através do fígado e intensifica os efeitos da insulina.

**L-Carnitina:** é um aminoácido com ação antioxidante que protege o coração e os vasos sanguíneos do stress oxidativo. Está diretamente relacionada com a reciclagem da molécula de ATP na mitocôndria sendo de fundamental importância na geração de energia.

**BCAA's (Leucina, Isoleucina e Valina):** usados sempre associados. Estimula a insulina otimizando o uso da glicose pelos músculos. Promove ganho de massa muscular, pois melhora contração e condicionamento muscular e também recuperação rápida da fadiga.

**Pool de Aminoácidos:** é uma formulação onde prevalece em sua composição a maioria dos aminoácidos essenciais. Auxilia em várias vias metabólicas, como produção de óxido nítrico, reações de metilação e aumento da produção de neurotransmissores. Importante como coadjuvante em suplementação para evitar estados catabólicos sendo indicado para atletas de alta performance, desnutridos, traumatizados e sarcopênicos.