



# LITERATURA

TÍTULO: **L-Citrulina**

Página 1 de 1

## SUGESTÃO DE FÓRMULA

L-Citrulina.....200mg  
Veículo.....qsp.....10ml  
pH= 7,5

## PROPRIEDADES FARMACOLÓGICAS

L-Citrulina é um aminoácido não essencial, ou seja, é produzido pelo nosso organismo. Pode ser encontrado em alimentos como melão, carnes variadas, clara de ovo, feijão e melancia. Além disso, pode ser encontrado na forma de suplemento, administrado por via oral, intramuscular ou endovenosa. Ele é transformado em L-arginina nos rins, o que significa que a suplementação de L-Citrulina é um método eficiente para aumentar os níveis de arginina no organismo.

L-Citrulina possui a capacidade de reduzir a fadiga muscular, dando mais resistência aos praticantes de atividade física e também reduz sintomas de demência. Além disso, é indicada para pacientes com resistência a insulina e distúrbios cardíacos. A citrulina ainda participa da oxigenação dos tecidos, resultando em um melhor funcionamento cerebral e reduz a produção de amônia e ácido láctico, garantindo melhor controle de pressão arterial e captação de glicose.

## INDICAÇÕES

- Melhora na performance da atividade física.
- Reduz fadiga muscular.
- Coadjuvante em doenças cardíacas e hipertensão.
- Síndrome metabólica.
- Proteção neural.
- Doenças Neurodegenerativas.

## EFEITOS COLATERAIS

Na literatura não há relatos de efeitos colaterais com o uso do medicamento L-Citrulina.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. SWEETMAN Sean C. Martindale, The Complete Drug Reference; ed. 36ª. Editora Pharmaceutical Press, London, 2009.
2. BATISTUZZO, José Antônio, ITAYA Masayuki, ETO Yukiko, Formulário Médico-Farmacêutico; 4ª Ed. Editora Pharmabooks, São Paulo 2011.