

L-TRIPTOFANO



Ficha Técnica

Registro: Dispensado de Registro no M.S. conforme Resolução-RDC nº 27/10.

Código de barras nº: 7898171780554

Embalagem: plástica.

Apresentação comercializada: embalagem plástica contendo 60 cápsulas softgel.

Prazo de validade: 24 meses.

Introdução:

O triptofano é um aminoácido aromático essencial, que além de fazer parte de proteínas é um precursor de compostos bioativos, como mostra a figura 1.

Por se tratar de um aminoácido essencial, não pode ser produzido em nosso organismo, devendo ser obtido na dieta, sendo recomendados 100 mg/kg de massa corporal por dia (MARKLOVÁ et al., 2000).

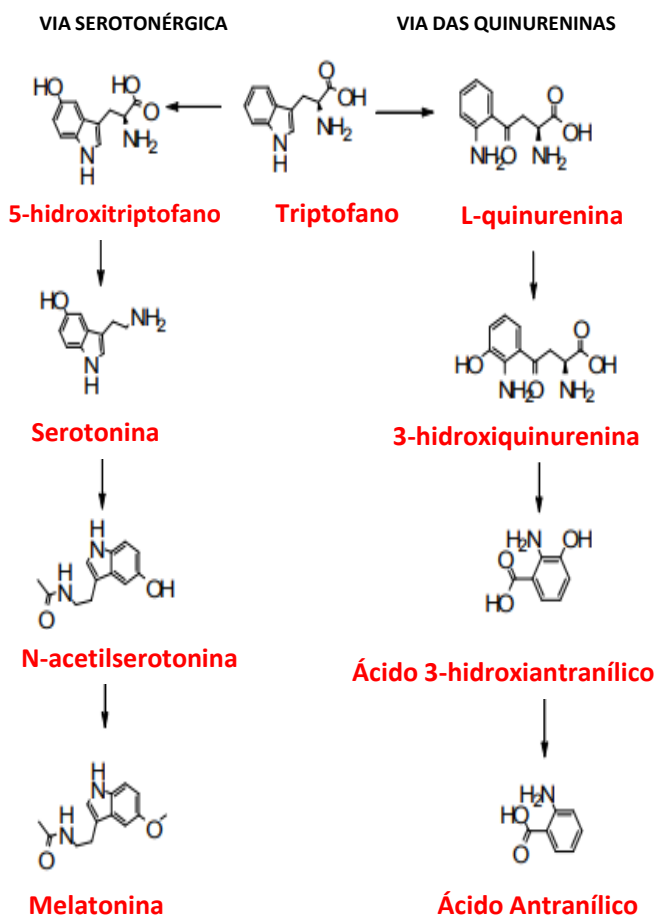
Sua essencialidade não se restringe apenas à sua contribuição no crescimento normal e síntese proteica, mas também na regulação de importantes mecanismos fisiológicos (ROSSI, 2004).

Além de ser precursor do neurotransmissor serotonina (5-hidroxitriptamina: 5-HT), a suplementação com triptofano pode apresentar outras funções como: contribuição no crescimento normal e síntese proteica, influência no sono, comportamento, fadiga, ingestão alimentar, precursor da vitamina B3 (niacina) e é um dos aminoácidos que estimula a secreção de insulina e hormônio do crescimento (ROSSI, 2004).



A via serotoninérgica, demonstrada na imagem abaixo, converte o triptofano no neurotransmissor serotonina numa rota intermediada por 5-hidroxitriptofano. Alguns tecidos são capazes de utilizar a serotonina para a síntese do hormônio melatonina (utilizada para pessoas com distúrbios no sono) em uma rota intermediada por N-acetilserotonina (PEDROSA, 2006).

Figura 1: vias de metabolização do aminoácido triptofano.



Fonte: PEDROSA, 2006

A piridoxina (vitamina B₆), está envolvida em diversas transformações metabólicas de aminoácidos, na gliconeogênese, na conversão de triptofano em niacina, na síntese de diversos neurotransmissores. É necessária ainda para o metabolismo proteico e para o metabolismo e transporte de ferro, contribuindo também para o metabolismo da homocisteína (VANNUCCHI & CUNHA, 2009).

A deficiência de vitamina B₆ pode levar à quadros de insônia, irritabilidade e confusão mental (VANNUCCHI & CUNHA, 2009).

A niacina (vitamina B₃), participa do ciclo do ácido cítrico, sendo essencial para as reações produtoras de energia celular e para a manutenção do sistema neurológico, contribuindo ainda para a saúde da pele e mucosas. A deficiência de niacina pode levar à quadros de fadiga, déficit de memória e insônia (VANNUCCHI & CUNHA, 2009).

O ácido pantotênico (vitamina B₅), está envolvido em reações de liberação de energia a partir dos carboidratos, sendo necessário no metabolismo lipídico. A deficiência da vitamina B₅ pode levar à quadros de depressão, fraqueza muscular e desordens neuromotoras (VANNUCCHI & CUNHA, 2009).

A fórmula utiliza como veículo o óleo de cártamo, que é rico em ácidos graxos, essenciais para a manutenção da boa saúde do organismo.

Referências Bibliográficas:

- MARKLOVÁ, E.; MAKOVIČKOVÁ, H.; KRÁKOROVÁ, I. **Screening for defects in tryptophan metabolism.** Journal of Chromatography A, v. 870, n. 1-2, p. 289-293, 2000.
- PEDROSA, A. M. C. **Triptofano, melatonina e seus produtos de oxidação: ações sobre os linfócitos T.** São Paulo, 2006. 157p. Tese de Doutorado. Tese de doutorado—Faculdade de Ciências Farmacêuticas—Universidade de São Paulo.
- ROSSI, Luciana et al. **Implicações do sistema serotoninérgico no exercício físico.** Arquivos Brasileiros de Endocrinologia e Metabologia, v. 48, n. 2, p. 227, 2004.
- VANNUCCHI, Helio. CUNHA, Selma Freire de Carvalho. **Funções plenamente reconhecidas de nutrientes - vitaminas do complexo B: tiamina, riboflavina, niacina, piridoxina, biotina e ácido pantotênico.** ILSI BRASIL. 2009.

Ingredientes: L-triptofano, cloridrato de piridoxina, nicotinamida, D-pantotenato de cálcio, veículo óleo de cártamo, gelificante gelatina, umectante glicerina, emulsificante lecitina de soja, veículo água purificada e corantes dióxido de titânio e azul brilhante. Colorido artificialmente.

**ALÉRGICOS: CONTÉM DERIVADO DE SOJA.
NÃO CONTÉM GLÚTEN.**

Recomendação de uso: ingerir de 1 a 2 cápsulas ao dia, com 200 mL (1 copo) de água.

Conservação do produto: conservar o produto em temperatura ambiente (15 – 30 °C), protegido da luz e umidade.

Informações importantes:

- “Este produto não é um medicamento.”
- “Não exceder a recomendação diária de consumo indicada na embalagem.”
- “Mantenha fora do alcance de crianças.”

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL Porção de 3,3 g (2 cápsulas)

Quantidade por porção		% VD (*)
Valor energético	15 kcal=64kJ	1%
Gorduras totais	1,7 g	3%
Gorduras monoinsaturadas	0,3 g	**
Gorduras poli-insaturadas	1,2 g	**
Ômega 6	1,2 g	**
Niacina	23,3 mg	146%
Ácido Pantotênico	3,76 mg	75%
Vitamina B6	40,0 mg	3077%
L-triptofano	600 mg	

Não contém quantidades significativas de carboidratos, proteínas, gorduras saturadas, gorduras *trans*, fibra alimentar e sódio.

*% Valores Diários com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas. **Valores diários não estabelecidos.



facebook.com/labtiaraju

LABORATÓRIO TIARAJU ALIMENTOS E COSMÉTICOS LTDA
Av. Sagrada Família, 2924 – Anexo I Santo Ângelo – RS
CEP: 98.805-678 | IND. BRASILEIRA
SAC: 0800 644 2924 | tiaraju@tiaraju.com.br | www.tiaraju.com.br
Farmacêutico Responsável: Antonio Carlos Luca Rigon CRF RS 3037.



TIARAJU[®]