



# L-CARNITINA

## NUTRACÊUTICO

### Descrição

É uma amina quaternária sintetizada no organismo a partir de dois aminoácidos essenciais, lisina e metionina, exigindo para sua síntese a presença de ferro, ácido ascórbico, niacina e Vitamina B6 e B12. É uma substância fisiológica, normalmente sintetizada pelo próprio organismo e suplementada adicionalmente a partir de fontes alimentícias ricas em carnitina (particularmente carne bovina). Participa no transporte dos ácidos graxos de cadeia longa através da membrana interna mitocondrial. Sua presença é requerida no metabolismo energético dos mamíferos, especialmente para a utilização dos ácidos graxos como fonte de energia do músculo esquelético e cardíaco. Influencia ainda, indiretamente, o metabolismo glicídico e protéico: a oxidação dos ácidos graxos reduz a utilização periférica da glicose, uma vez que permite a entrada de acetilas no ciclo de Krebs, aumentando conseqüentemente a disponibilidade energética da célula. Devido a sua ação estimulante sobre a oxidação dos ácidos graxos, promove a utilização dos mesmos, evitando desvios metabólicos. Assim, impede a formação de níveis excessivos de triglicérides, normaliza o quadro lipoproteínico - redução das lipoproteínas de densidade muito baixa (VLDL) e o aumento das lipoproteínas de alta densidade (HDL) - eliminando, portanto, um dos mais importantes fatores de risco de doenças cardiovasculares (aterosclerose e afecções cardíacas conseqüentes).

### Ações

Deficiência de Carnitina, coadjuvante no tratamento da obesidade, aumento do rendimento muscular.

### Posologia

Dose Usual - Orexígeno: 100 a 300 mg/dia;  
Suplemento Nutricional: 1 a 2 g/dia;  
Crianças: 50 a 100 mg/kg/dia, em doses divididas.

### Fator de Equivalência

1,00 (Segundo Manual de Equivalência da Anfarmag).

### Farmacocinética

Quando administrado por via oral possui biodisponibilidade absoluta de 14 a 15%, não sofre ligação às proteínas plasmáticas e suas meias-vidas de distribuição e de eliminação terminal foram 0,585h e 17,4h, respectivamente.

### Contra indicações/ Efeitos adversos

Transtornos gastrointestinais, leves como náuseas, vômitos, cólicas abdominais e diarreia. Miastenia leve em pacientes urêmicos. Pode ocorrer odor corporal, que pode ser eliminado reduzindo a dose.



| pharmanostra

### **Referências Bibliográficas**

Batistuzo, J.A. de Oliveira et al. Formulário Médico Farmacêutico-2ª edição. São Paulo: Tecnopress, 2002; P.R.Vade-Mécum. 7ªed. São Paulo: Soniak, 2001.