



02/2022

Glutamina: entenda quais os seus benefícios para o corpo humano

Especialista explica como o aminoácido é capaz de auxiliar o sistema imunológico e muscular

São Paulo, fevereiro de 2022 – Entre os muitos aminoácidos que contribuem para estrutura do corpo humano está a glutamina, presente em grandes quantidades no organismo e capaz de participar de diferentes vias metabólicas.

Por ser produzida pelo organismo, ela pode ser classificada como aminoácido não essencial, entretanto, em situações críticas como doenças ou estresse, recuperação de queimaduras, cirurgias, desnutrição ou exercícios físicos de alta intensidade, a síntese de glutamina pelo organismo pode ser incapaz de suprir a demanda orgânica, passando a ser classificada como “aminoácido condicionalmente essencial”, o que faz com que haja necessidade de ser obtida por meio da alimentação ou da suplementação.

Na vida dos atletas ou praticantes de atividades físicas, por exemplo, a glutamina exerce uma função muito importante, uma vez que pode proteger os músculos e ajudar a evitar possíveis danos celulares. “Quando o corpo é submetido a exercícios de alta intensidade e duração, a L-glutamina presente no organismo é consumida a fim de evitar o dano muscular causado pelo estresse oxidativo que ocorre nessas condições. Dessa forma, sua concentração sanguínea pode reduzir rapidamente, o que sugere algum tipo de reposição, que pode ser dieta ou por meio de suplementos que realmente garantam sua absorção”, comenta a doutora em Ciência dos Alimentos, Hellen Maluly, consultora da **Ajinomoto do Brasil**.

A glutamina também contribui para a manutenção da integridade das células do intestino, chamadas de enterócitos, e desempenha um papel importante como um componente auxiliar para o tratamento de doenças inflamatórias intestinais. Ao resguardar os enterócitos, a glutamina pode colaborar para a absorção adequada de nutrientes, o que pode reduzir a produção de agentes que atuam promovendo o processo inflamatório na mucosa intestinal.

“A glutamina também participa de mecanismos que podem contribuir para a redução dos efeitos imunossupressores para qualquer indivíduo que necessite de suplementação para manutenção das células intestinais, incluindo atletas. Porém, assim como qualquer outro aminoácido ou suplemento, seu consumo deve ser feito sob orientação e indicação de profissionais de saúde habilitados”, explica a doutora em Ciência dos Alimentos, Hellen Maluly, consultora da **Ajinomoto do Brasil**.

Sobre a Divisão AminoScience

A divisão é responsável pela fabricação e comercialização de aminoácidos e seus derivados para as indústrias alimentícia, farmacêutica, cosmética, de nutrição especializada e funcional. Pioneiro no desenvolvimento da tecnologia de produção dos aminoácidos e seus derivados, o Grupo Ajinomoto é referência mundial neste segmento. Os aminoácidos fornecidos pela Ajinomoto do Brasil agregam inúmeros benefícios a medicamentos, suplementos nutricionais, formulações infantis, dietas hospitalares, xampus e condicionadores, entre outros itens de consumo voltados para a saúde e o bem-estar das pessoas. Conheça mais em <http://www.aminoscience.com.br/>

Sobre a Ajinomoto do Brasil

Presente no Brasil desde 1956, a Ajinomoto é uma multinacional japonesa e referência mundial em aminoácidos. A empresa oferece produtos de qualidade tanto para o consumidor como insumos para as indústrias alimentícia, cosmética, esportiva, farmacêutica, de nutrição animal e agronegócios. Atualmente, a unidade brasileira é a terceira mais importante do Grupo Ajinomoto fora do Japão, atrás apenas da Tailândia e dos Estados Unidos. A linha de produtos da empresa voltada ao consumidor é composta pelo tempero umami AJI-NO-MOTO®, AJI-SAL®, Tempero SAZÓN®, Caldo SAZÓN®, SAZÓN® Tempera & Prepara, RECEITA DE CASA™, HONDASHI® e SABOR A MI®, além das sopas individuais VONO® e da linha de sopas cremosas e claras VONO® Chef. Também se destacam os refrescos em pó MID® e FIT Zero Açúcar, o azeite de oliva extra virgem TERRANO® e o azeite de oliva tipo único TERRANO®, o SATIS!® Molho Shoyu, além de aminoVITAL® GOLD e aminoVITAL® GOLD DRINK MIX, produtos compostos por nove aminoácidos essenciais para a recuperação de atletas e entusiastas do esporte. No Brasil, a companhia também atua no segmento de food service (alimentação fora do lar). Com quatro unidades fabris, localizadas no estado de São Paulo, nas cidades de Limeira, Laranjal Paulista,

Valparaíso e Pederneiras, e sede administrativa na capital, emprega cerca de 3 mil funcionários e atende tanto ao mercado interno como ao externo. O Grupo Ajinomoto obteve faturamento global de US\$ 10,1 bilhões e nacional de R\$ 2,7 bilhões no ano fiscal de 2020. Atualmente, está presente em 35 países, possui 121 fábricas e cerca de 32 mil funcionários em todo o mundo. Para saber mais, acesse www.ajinomoto.com.br.

INFORMAÇÕES PARA IMPRENSA | AJINOMOTO DO BRASIL

Race Comunicação

imprensa.ajinomoto@agenciarace.com.br

Milene Rolan – Cel.: (11) 99246-5780

Vanessa Assis – Cel.: (11) 97556-9962

Wilson Barros – Cel.: (11) 99607-1746