

Você sabe o que são os aminoácidos?

Aprenda como classificá-los e o motivo de serem essenciais para o nosso organismo



São Paulo, setembro de 2023 – Os aminoácidos são unidades básicas que compõem as proteínas. Estão presentes nos seres humanos, animais e alimentos que consumimos, e são essenciais para o funcionamento correto do organismo. Aproximadamente 20% do corpo humano é composto por aminoácidos.

Como os aminoácidos formam as proteínas, eles auxiliam na estrutura do corpo humano, além de fazer parte dos processos metabólicos. Existem 20 tipos de aminoácidos no corpo, sendo que nove são categorizados como “essenciais” e 11 como “não essenciais”. A gerente de marketing da divisão AminoScience da **Ajinomoto do Brasil**, Tatiana Gargalaka, explica as duas classificações.

“As moléculas **essenciais** são aquelas que o corpo não pode sintetizar, ou seja, fabricar. Dessa forma, precisam ser obtidas por meio da alimentação ou suplementação”, afirma Gargalaka. Os aminoácidos essenciais são fenilalanina, histidina, isoleucina, leucina, lisina, metionina, treonina, triptofano e valina.

De acordo com a Tatiana, as moléculas **não essenciais** são sintetizadas a partir de outros aminoácidos e componentes presentes no organismo. “Os aminoácidos não essenciais são ácido aspártico, ácido glutâmico, alanina, arginina, asparagina, cisteína, glicina, glutamina, prolina, serina e tirosina”, explica.

Alguns desses aminoácidos também são chamados de “condicionalmente essenciais”, porque a produção do corpo pode não ser suficiente para atender a demanda necessária em certas condições como doenças, lesões, períodos de stress ou pós cirúrgicos, por exemplo. As moléculas categorizadas como condicionalmente essenciais são arginina, cisteína, glicina, glutamina, prolina e tirosina.

Os aminoácidos estão presentes nos mais diversos alimentos e também em produtos que usamos no dia a dia. “Alguns exemplos de alimentos ricos em aminoácidos são carnes, leite e peixes, como salmão, sardinha, vieira, bacalhau, tomate e atum”, afirma a gerente. “Em produtos é possível encontrar aminoácidos em suplementos, medicamentos, cosméticos e outros itens produzidos por diversas indústrias como a farmacêutica, cosmética, veterinária, esportiva entre outras”, conclui Tatiana.

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®, VONO® Proteína e da linha de sopas cremosas e claras VONO® Chef. Também se destacam os refrescos em pó MID® e MID ZERO™, o azeite de oliva extra virgem TERRANO®, o azeite de oliva tipo único TERRANO® e a linha TERRANO® Veggie Burger, 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 bilhões e nacional de R\$ 3,4 bilhões no ano fiscal de 2022. Atualmente, está presente em 36 países, possui 120 fábricas e cerca de 34 mil funcionários em todo o mundo. Para saber mais, acesse www.ajinomoto.com.br.

INFORMAÇÕES PARA IMPRENSA

Race Comunicação - (11) 2548-0720 / (11) 2894-5607

Luiza Araújo (19) 99713-8337

Guilherme Zucconi (11) 97647-3075

Maira Manesco (11) 97226-9832

imprensa.ajinomoto@agenciarace.com.br