



## Découvrir la Glutamine

La Glutamine couvre 60% des acides aminés, c'est le plus représenté dans l'organisme.

1) Intestins : La Glutamine est préférentiellement utilisée par les cellules de l'intestin. Elle est le meilleur moyen de nourrir la muqueuse intestinale.

Elle a un effet bénéfique sur la flore intestinale et le système immunitaire de l'intestin. Elle agit favorablement sur les maladies inflammatoires du côlon et sur l'hyper-perméabilité intestinale.

Elle est un réparateur, un reconstituant indispensable à la régénération des cellules intestinales.

2) Muscles : La Glutamine est l'acide aminé le plus présent dans les muscles.

Lors de carence, l'organisme puise les protéines nécessaires dans la masse musculaire, et les transforme en glutamine. Ce processus entraîne une perte des protéines et des fibres musculaires.

La glutamine est indispensable dans la formation et l'entretien de la musculature. Elle optimise donc la masse musculaire.

3) La **glutamine fortifie le système immunitaire** Elle nourrit les globules blancs et permet leur multiplication.

4) La glutamine régule l'équilibre acido-basique. Elle libère l'ammoniac du foie au travers de l'urée qui est ensuite transportée vers les reins, pour être évacué par l'urine. Cela régule la teneur en acides.

5) Cerveau La glutamine **améliore le fonctionnement cérébral**. Elle est utilisée par le cerveau comme carburant.

Elle favorise la production de l'acide gamma aminobutyrique (GABA) qui est un neuromédiateur cérébral qui **apporte calme et équilibre**.

6) Autres actions : favorise la cicatrisation. Augmente la production d'antioxydant.

La glutamine a une action favorable sur la qualité de la peau et des poils.

Pour une action sur les intestins ou l'immunité, la dose standard est conseillée.

Pour nourrir les muscles et développer la performance, augmenter la dose de Glutamine pour créer du volume musculaire.

La Glutamine en poudre pure de qualité est un produit naturel physiologique, utilisé immédiatement par les cellules.

A vous de découvrir tous les avantages de la Glutamine par son utilité et son efficacité.