



Literatura técnica

Glicina

Uso: Interno

CAS: 56-40-6

Sumário

Introdução	pág. 3
Sugestão de uso	pág. 3
Contribuições	pág. 3
Ficha técnica	pág. 5

Introdução

A glicina é um aminoácido não essencial, quimicamente classificado como ácido aminoacético, sendo o mais simples entre os aminoácidos que compõem proteínas. Está presente naturalmente em proteínas estruturais, como gelatina e fibroína da seda, além de ser sintetizada endogenamente no organismo humano. Do ponto de vista fisiológico, a glicina exerce papel duplo, atuando tanto como componente estrutural na síntese proteica quanto como neurotransmissor no sistema nervoso central.

Sugestão de uso

A glicina é amplamente utilizada como suplemento nutricional e como componente de formulações parenterais. Como suplemento, as doses variam de 20 a 2980 mg ao dia.

Contribuições

A glicina apresenta diversas contribuições fisiológicas relevantes. Atua como neurotransmissor inibitório ao se ligar a receptores glicinérgicos sensíveis à estriçnina, promovendo aumento da condutância de íons cloreto e consequente hiperpolarização neuronal, o que reduz a excitabilidade do sistema nervoso. Esse mecanismo está associado a efeitos como modulação do tônus muscular e possível atividade antiespástica. Além disso, a glicina participa da modulação de receptores NMDA (N-metil-D-aspartato), influenciando a neurotransmissão glutamatérgica e processos cognitivos.

Do ponto de vista imunológico e metabólico, a glicina exerce efeitos antioxidantes e anti-inflamatórios, estando envolvida na regulação da resposta de neutrófilos e na redução da produção de espécies reativas de oxigênio. Também contribui para processos metabólicos essenciais, como a síntese de biomoléculas e suporte ao sistema imunológico. Estudos experimentais indicam ainda potencial efeito protetor em condições de estresse celular, como hipóxia e lesão hepática, possivelmente por modulação da entrada de cálcio intracelular e redução de danos oxidativos.

Ficha técnica

Características do ativo

Aspecto: Pó cristalino

Cor: Branco ou quase branco

Solubilidade: Livremente solúvel em água, muito ligeiramente solúvel em etanol 96%.

Recomendações farmacotécnicas

Advertências e restrições de uso

USO INTERNO. Produto destinado ao consumo oral. Não exceder a recomendação diária de consumo. Manter fora do alcance de crianças. Gestantes, lactantes e crianças somente devem consumir este produto sob orientação de profissional de saúde. Em caso de hipersensibilidade a algum dos componentes, suspender o uso.

Recomendações de armazenamento e transporte:

Mantenha o recipiente devidamente fechado em ambiente seco e bem ventilado. Armazenar em temperatura ambiente e proteger contra incidência solar direta.

Lote e validade

Vide embalagem.

Referências bibliográficas

- DRUGS.COM. Glycine: prescribing information. Disponível em: <https://www.drugs.com/pro/glycine.html>. Acesso em: 18 mar. 2026.
- DRUGBANK ONLINE. Glycine (DB00145). Disponível em: <https://go.drugbank.com/drugs/DB00145>. Acesso em: 18 mar. 2026.

Literatura técnica

Glicina

**SIGA-NOS NAS
REDES SOCIAIS**

@irialmag

Irial  Mag

+55 11 4671-9200 | 0800 940 3210
contato@irialmag.com.br

www.irialmag.com.br