



Literatura técnica

# Teacrine 98%

Uso: Interno

CAS: 2309-49-1

# Sumário

<b>Introdução</b>	pág. 3
<b>Sugestão de uso</b>	pág. 3
<b>Contribuições</b>	pág. 3
<b>Ficha técnica</b>	pág. 5

## Introdução

A teacrina (ácido teacrínico), frequentemente padronizada como Teacrine 98%, é um composto purínico estruturalmente relacionado à cafeína, encontrado naturalmente em algumas plantas, como *Camellia kucha*. Trata-se de uma molécula bioativa utilizada em suplementos, principalmente por seus efeitos sobre energia, fadiga e função cognitiva. Apresenta propriedades farmacológicas distintas da cafeína, com menor tendência ao desenvolvimento de tolerância em uso contínuo.

## Sugestão de uso

A teacrina é administrada por via oral, geralmente em formulações padronizadas. A dosagem varia conforme a finalidade e a formulação do produto, devendo ser individualizada e orientada por profissional de saúde. Seu uso costuma ocorrer em doses ajustadas conforme a resposta individual e tolerabilidade.

## Contribuições

A teacrina atua principalmente sobre o sistema nervoso central, contribuindo para a disposição.

# Ficha técnica

## Características do ativo

**Aspecto:** Pó cristalino

**Cor:** Branco a quase branco

**Odor:** Característico

**Densidade de massa:** mínimo 0,5500 g/ml

**Solubilidade:** Moderadamente solúvel  
(1:100) em água; insolúvel (0,1:+1000) em  
etanol

## 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

- DA GAMA LUSTOSA, Marco Aurélio Lopes; SOARES, Iraildo Francisco. Efeitos da teacrina para praticantes de atividade física. RBNE-Revista Brasileira de Nutrição Esportiva, v. 17, n. 104, p. 374-381, 2023.
- CERQUEIRA, Henrique Santa Capita. Efeitos da suplementação de teacrina sobre o desempenho motor e sistema IGF de atletas amadores. 2022. Tese de Doutorado. Universidade de São Paulo.
- DE BRITO, Filipe Oliveira et al. Efeito da suplementação de teacrina comparado à cafeína na performance em praticantes de crossfit. RBNE-Revista Brasileira de Nutrição Esportiva, v. 16, n. 99, p. 267-273, 2022.
- ROQUE, Ricardo Paschoal de Moura. Suplemento pré-treino para auxiliar geração de energia e disposição para praticantes de exercícios. 2021.

Literatura técnica

# Teacrine 98%

**SIGA-NOS NAS  
REDES SOCIAIS**

@irialmag

Irial  Mag

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

[www.irialmag.com.br](http://www.irialmag.com.br)