

EFFECTUL SUPPLEMENTĂRII DE AMINOACIZI ȘI CARNITINĂ ASUPRA CAPACITĂȚII DE EFORT

Rezumat

În cursul efortului fizic metabolismul proteinelor este complex. Există o scădere cu 20-50% în sinteza acestora, descrisă în timpul eforturilor de rezistență. Carnitina joacă de asemenea un rol foarte important în metabolismul mușchilor scheletici, angajați în efortul fizic. Biochimic, efortul fizic este un stres oxidativ, care determină alterări tisulare. S-au studiat pe trei loturi de șobolani albi, masculi, din rasa Wistar (lot de control, lot cu supliment de aminoacizi și lot cu supliment de carnitină) efectele suplimentelor asupra capacității de efort. Toate loturile de șobolani au fost antrenate pentru efort timp de o lună. S-au evaluat efectele ergotrope și trofotrope ale suplimentelor, precum și markerii stresului oxidativ și de apărare antioxidativă. Rezultatele indică faptul că aminoacizii au un efect ergotrop și trofotrop după efort, în timp ce carnitina are acțiune ergotropă și antitrofotropă.

Cuvinte cheie: aminoacizi, carnitină, capacitate de efort, stres oxidative.