

L-LISINA

El aminoácido del crecimiento y la inteligencia infantil

PARA QUÉ SIRVE:

- Estimula el desarrollo, el apetito y el crecimiento infantil.
- Aumenta los anticuerpos y mejora el sistema inmunológico, previniendo gripes resfriados e influenza frecuentes.
- Problemas Alérgicos, como Fiebre del Heno, Neurodermatitis o Urticaria.
- Gastritis crónica, ya que reconstruye la mucosa gastrointestinal.
- Eficaz contra el virus del Herpes Simplex.
- Incrementa el peso, la talla y la circunferencia cefálica en bebés de bajo peso y/o prematuros.

RECOMENDACIÓN:

- **Crecimiento infantil:** Niños y adolescentes tomar 800 mg al momento de acostarse, con el estómago vacío, disuelto en agua de limón o de frutas (para quienes no les gusta tragar cápsulas) durante 3 meses, seguidos de 1 mes de descanso.
- **Aumento del apetito:** Tomar 400 mg a media mañana y al acostarse a dormir.
- **Enfermedades virales, gripes y alergias frecuentes:** Tomar 1 en el desayuno y 1 en la noche en estómago vacío.
- **Herpes Simplex:** Tomar de 1.2 a 1.6 g, 4 veces al día 1 hora antes de cada alimento, mientras dure la fase aguda, por un mínimo de 4 días. Posteriormente, como prevención, bajar la dosis a 800 mg al acostarse a dormir.
- Debe tomarse separada de los alimentos o la leche para evitar que se neutralice su efecto.

CONTRAINDICACIÓN:

- Una sobredosis de L-Lisina es igual de imposible que una de Vitamina C, debido a que las moléculas que no se utilizan son deshechadas por el cuerpo.

PROGRAMA NUTRICIONAL:

En promedio, 70% de las proteínas del cuerpo contienen L-Lisina. Dentro del grupo de los aminoácidos esenciales, la L-Lisina ocupa un lugar primordial, similar al que tiene la Vitamina C en el grupo de las vitaminas.

L-LISINA Y CRECIMIENTO INFANTIL

La L-Lisina es el aminoácido del **Crecimiento** y la **Inteligencia**; mejora la liberación de la Hormona de Crecimiento Muscular secretada por la hipófisis; es esencial para la red de intercomunicación nerviosa, conocida como oligodendroglia, que envuelve las fibras nerviosas del Sistema Nervioso Central y produce la cubierta miélica de los dos hemisferios del cerebro. Su carencia se ha relacionado con cuadros de retraso, disfunción cerebral y baja estatura.

Excelente
Tratamiento
Natural para
**GRIPES y
ALERGIAS.**



L-LISINA Y DIABETES

Puede ayudar a promover el equilibrio del Nitrógeno en el cuerpo y evitar la glicosilación (combinación de una molécula de azúcar con una de proteína), acelerada por niveles elevados de azúcar en la sangre, por lo que es un suplemento adecuado para Diabéticos.

L-LISINA Y TEJIDO CONECTIVO

- Ayuda al organismo a **absorber y conservar el Calcio**.
- La Lisina inhibe la destrucción del tejido conectivo, impide que las enzimas desintegren las moléculas de Colágeno y favorece su producción. Cuando se toma con Vitamina C de Alta Potencia

estimula la formación de tejido conectivo, produciendo Colágeno y las fibras elásticas del mismo.

L-LISINA Y HERPES

La L-Lisina es eficaz contra el virus del Herpes Simplex, causante del Herpes Labial, Bucal y Genital. (*Healthandage 2002*).

El mecanismo de acción está dado a través de la incorporación de este aminoácido al virus, inhibiendo la síntesis de proteínas ricas en Arginina necesarias para la replicación viral y generando virus inactivos desde el punto de vista patológico.

Un estudio realizado en 1984 demostró que una dosis de L-Lisina de 1,000 mg al día ayudó a reducir la reproducción del Herpes Labial. (*Griffith et al. 1987*).

La Organización Mundial de la Salud considera a la L-Lisina como uno de los aminoácidos básicos para la **NUTRICIÓN INFANTIL**.

