

Ácido D-aspártico

O Ácido D-aspártico é um neurotransmissor que estimula o cérebro que causa excitação no cérebro. Assim, o Ácido D-aspártico é um componente poderoso para evitar a fadiga durante os treinos.

Ele impulsiona a criação de hipertrofia por ser um dos primeiros estímulos para a produção do hormônio do crescimento. É encontrado no organismo de homens e mulheres, mas, para otimizar os resultados dos treinos, a suplementação pode ser necessária.

Por ser um sintetizador de um hormônio masculino, o Ácido D-aspártico aumenta a força muscular, possibilitando aos seus usuários fazerem treinos mais pesados e mais longos com menos cansaço.

O que é Ácido D-aspártico

O Ácido D-aspártico é um impulsionador natural da produção de testosterona pelo corpo, o que ocorre em homens e mulheres. É sintetizado pelo corpo e enviado para os locais em que se concentra melhor. Ele age sobre o sistema endócrino pela regulação, síntese e secreção hormonal da testosterona e do hormônio do crescimento.

A substância é essencial na síntese de proteínas pelos músculos, por utilizar a testosterona como um catalisador proteico, que auxilia os músculos a se recomparam depois de um treino pesado. O aumento da testosterona também auxilia o corpo a queimar gordura mais rapidamente, transformando as reservas de gordura em energia a ser utilizada durante os treinos.



O aumento dos índices desses hormônios reduz os sintomas da fadiga crônica e aumenta as defesas do organismo, ao mesmo tempo em que aumenta a excitação, reduz a fadiga e aumenta a excitação para fazer exercícios.

No homem, o Ácido D-aspártico aumenta a produção de testosterona e o aparecimento de caracteres secundários no corpo e pelo apetite sexual. Na mulher, o Ácido D-aspártico pode ajudar a regular a progesterona e controla a ovulação e a menstruação.

O Ácido D-aspártico deve ser utilizado por pessoas que buscam aumentar a força dos músculos, reduzir o cansaço dos treinos e aumentar o tamanho dos músculos. O Ácido D-aspártico pode auxiliar, também, homens com baixa produção de esperma. Não deve ser utilizado por pessoas com condições patológicas como esquizofrenia, epilepsia, AVC, Alzheimer e esclerose, pelos seus efeitos excitantes dos neurotransmissores.