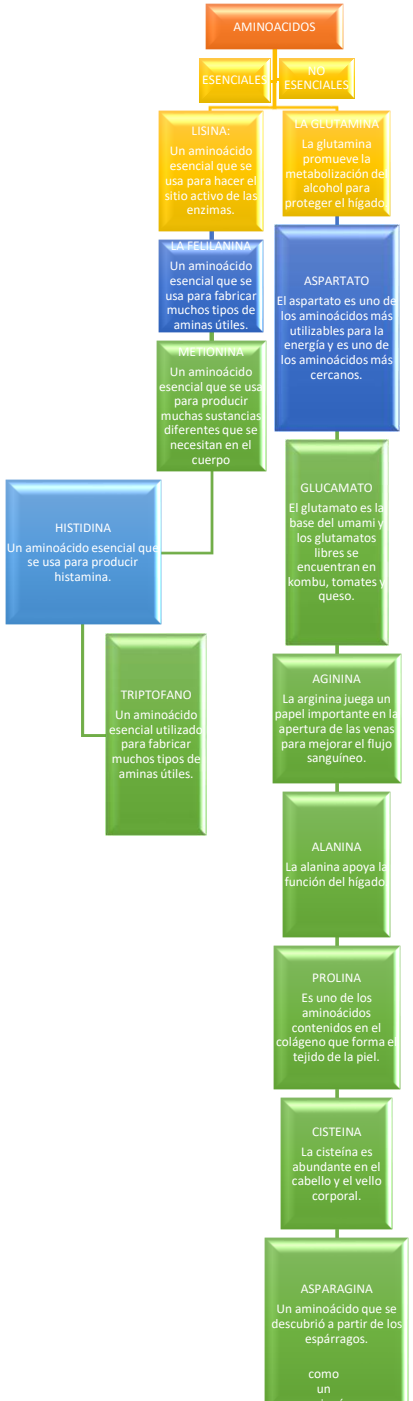
AMINOACIDOS
ESENCIALES
NO ESENCIALES
LISINA:
Un aminoácido esencial que se usa para hacer el sitio activo de las enzimas.
LA GLUTAMINA
La glutamina promueve la metabolización del alcohol para proteger el hígado.
LA FELILANINA
Un aminoácido esencial que se usa para fabricar muchos tipos de aminas útiles.
ASPARTATO
El aspartato es uno de los aminoácidos más utilizables para la energía y es uno de los aminoácidos más cercanos.
METIONINA
Un aminoácido esencial que se usa para producir muchas sustancias diferentes que se necesitan en el cuerpo
GLUCAMATO
El glutamato es la base del umami y los glutamatos libres se encuentran en kombu, tomates y queso.
HISTIDINA
Un aminoácido esencial que se usa para producir histamina.
TRIPTOFANO
Un aminoácido esencial utilizado para fabricar muchos tipos de aminas útiles.
AGININA
La arginina juega un papel importante en la apertura de las venas para mejorar el flujo sanguíneo.
ALANINA
La alanina apoya la función del hígado.
PROLINA
Es uno de los aminoácidos contenidos en el colágeno que forma el tejido de la piel.
CISTEINA
La cisteína es abundante en el cabello y el vello corporal.
ASPARAGINA
Un aminoácido que se descubrió a partir de los espárragos.
como
un