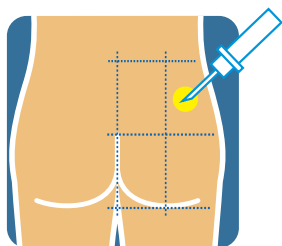


HMB - HIDROXIMETILBUTIRATO DE CÁLCIO

COMPOSIÇÃO

Hidroximetilbutirato de cálcio	25mg/mL
Veículo q.s.p	2mL

VIA DE ADMINISTRAÇÃO: INTRAMUSCULAR



- Aplicação no quadrante superior externo do glúteo
- Agulha para aspiração: 30x0,8mm
- Agulha para aplicação: 30x0,7mm
- Seringa: 3mL

INDICAÇÃO

- Prevenção do catabolismo muscular
- Aumento da massa muscular magra
- Diminuição da gordura corpórea
- Diminuição de lesões musculares
- Aumento do processo de regeneração dos tecidos

PROTOCOLO

Sugere-se a aplicação intramuscular de uma ampola, 3 vezes por semana (segunda, quarta e sexta-feira), preferencialmente 60 minutos antes do treino, durante 10 semanas.

PROCEDIMENTO PARA A APLICAÇÃO

- Realizar assepsia no local com álcool 70°
- Aspirar o conteúdo da ampola com a agulha 30x0,8mm
- Trocar a agulha para realizar a aplicação (30x0,7mm)
- Realizar a aplicação intramuscular no quadrante superior externo do glúteo

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

- Jacob M Wilson, et. al. International Society of Sports Nutrition Position Stand: beta-hydroxy-beta-methylbutyrate (HMB). Wilson et al. Journal of the International Society of Sports Nutrition 2013, 10:6.
- NUNES E. A. e FERNANDES L.C. Atualizações sobre β -hidroxi- β -metilbutirato: suplementação e efeitos sobre o catabolismo de proteínas. Rev. Nutr., Campinas, 21(2):243-251, mar./abr., 2008