

I'm not a robot



Bicarbonato de sódio em cápsulas

BICARBONATO DE SÓDIO 1000MG COMO FUNÇÃO O bicarbonato de sódio é um composto químico natural e classificado como um sal. Ele atua como um agente neutralizante, pode ajudar tanto na redução de alcalinidade e quanto na de acidez. Pode ajudar no controle da diarreia. **INDICAÇÕES**: - Pode ajudar no controle de diarreias; - Pode ajudar na redução de alcalinidade; - Pode ajudar na redução da acidez estomacal. **COMPOSIÇÃO** Bicarbonato de sódio 1000mg Cápsula qsp **MODO DE USO** Tomar de 01 a 02 cápsulas ao dia acompanhadas de líquido, antes de suas refeições ou conforme orientação de um profissional habilitado. **ORIENTAÇÕES GERAIS** 1. Nunca compre produto sem orientação de um profissional habilitado. 2. Imagens meramente ilustrativas. 3. Pessoas com hipersensibilidade à substância não devem usar o produto. 4. Em caso de reações adversas, recomenda-se a interrupção do uso e consulta a um profissional habilitado. 5. Não utilizar o produto após o vencimento do prazo de validade. 6. Conservar em temperatura ambiente, longe de luz, calor e umidade. Nestas condições, o produto manterá sua integridade para o uso. 7. Manter o produto fora do alcance de crianças. 8. Este produto não deve ser utilizado por gestantes ou lactantes sem orientação médica. 9. Seguir corretamente o modo de uso indicado. **REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS** As

Referências Bibliográficas se encontram em nosso departamento técnico farmacêutico, baseadas nas literaturas e materiais de nossos fornecedores. **DÚVIDAS?** Entre em contato conosco, da forma que preferir: 1. E-mail: sac@farmasite.com.br 2. Telefone: (37) 98651-2548 3. Pessoalmente: Pc. Juvenal Pereira, nº 366, Santanense, Itaúna, Minas Gerais. 10,53€ 13,12€ 80,00€ 80,00€ 10,87€ 12,79€ 9,80€ 11,99€ 25,13€ 33,51€ 12,92€ 15,60€ 6,06€ 7,09€ 4,57€ 6,43€ 25,13€ 33,51€ 14,30€ 17,87€ 14,30€ 17,87€ 5,96€ 12,48€ 16,48€ 3,32€ 3,51€ 16,64€ 23,23€ 35,36€ 52,39€ 43,71€ 66,85€ 18,85€ 24,11€ 80,00€ 80,00€ 4,95€ 5,63€ 14,30€ 17,87€ 14,30€ 17,87€ 44,07€ 53,85€ 10,05€ 13,22€ 29,52€ 36,95€ **Descrição do Produto:** HPN Bicarbonato De Sódio (Carbonato de Sódio) 60 Cápsulas de 500mg Descubra o poder do HPN Bicarbonato De Sódio, um produto 100% natural que se destaca pela sua pureza e eficácia. Com uma validade de 2 anos, este suplemento é uma excelente adição à sua rotina diária, proporcionando benefícios que vão além do esperado. Cada cápsula contém 500mg de bicarbonato de sódio, um composto amplamente reconhecido por suas propriedades benéficas. Ideal para todas as idades, exceto para gestantes, lactantes e crianças menores de 12 anos, o HPN Bicarbonato De Sódio é uma escolha segura e confiável. Produzido a partir de pó extraído de plantas, este produto é considerado um alimento e não um remédio, o que o torna uma opção versátil para quem busca melhorar a saúde digestiva e o bem-estar geral. A fórmula é livre de glúten e lactose, garantindo que pessoas com restrições alimentares possam utilizá-lo sem preocupações. Após a finalização da compra, o produto será enviado em até 24 horas, garantindo que você não perca tempo para começar a usufruir de seus benefícios. **Benefícios Destacados pela Essência Brasileira:** 1. Melhora da Digestão: O bicarbonato de sódio auxilia na neutralização da acidez estomacal, promovendo um alívio rápido para desconfortos digestivos. 2. Equilíbrio do pH: Contribui para o equilíbrio do pH do corpo, ajudando a manter um ambiente interno saudável. 3. Aumento da Energia: Pode ajudar a reduzir a fadiga, proporcionando uma sensação de energia renovada ao longo do dia. 4. Desintoxicação Natural: Auxilia na eliminação de toxinas, promovendo uma limpeza interna eficaz. 5. Facilidade de Uso: Com a dosagem prática em cápsulas, é fácil incorporar o HPN Bicarbonato De Sódio na sua rotina diária. – **Sugestão de Uso:** Para obter os melhores resultados, recomenda-se a ingestão de 1 cápsula após o café da manhã, 1 cápsula após o almoço e 1 cápsula após o jantar. É importante ingerir cada cápsula com bastante água, garantindo uma absorção adequada e maximizando os benefícios do produto. **Características do Produto:** – **Composição:** Pó a partir da planta, 100% natural. – **Formato:** 60 cápsulas de 500mg. – **Validade:** 2 anos. – **Isento de Glúten e Lactose:** Ideal para pessoas com restrições alimentares. – **Regulamentação:** Segue as normas do Ministério da Saúde e a Resolução da ANVISA nº 27, de 6 de agosto de 2010. – **Unissex:** Adequado para todos os gêneros. **Experimente o HPN Bicarbonato De Sódio e transforme sua saúde de forma natural e eficaz. Não perca a oportunidade de melhorar seu bem-estar diário! Explore também nossos produtos relacionados e descubra como podemos ajudar você a alcançar uma vida mais saudável e equilibrada. Clique agora e aproveite!** Enviado pelo Avaliação 4,7 de 5. (20 avaliações)4,7 (20)Avaliação 5 de 5. (6 avaliações)5,0 (6)ATLETICA NUTRITIONR\$40em 12x R\$2,82Enviado pelo Outra opção de compraPor Athletica Nutrition Avaliação 4,9 de 5. (198 avaliações)4,9 (198)Avaliação 4,4 de 5. (8 avaliações)4,4 (8)MAIS VENDIDOATLETICA NUTRITIONAvaliação 4,8 de 5. (711 avaliações)4,8 (711)Avaliação 5 de 5. (2 avaliações)5,0 (2)Enviado pelo Avaliação 4,7 de 5. (20 avaliações)4,7 (20)Avaliação 5 de 5. (6 avaliações)5,0 (6)Avaliação 4,6 de 5. (8 avaliações)4,6 (8)Avaliação 4,9 de 5. (11 avaliações)4,9 (11)Por noconoc USA R\$210,90em 12x R\$16,95COMPRA INTERNACIONALEnvio dos EUA Avaliação 4 de 5. (2 avaliações)4,0 (2)Por Emporio das Capsulas Avaliação 5 de 5. (7 avaliações)5,0 (7)em 2x R\$23,45 sem jurosAvaliação 4,7 de 5. (19 avaliações)4,7 (19)Por Fourlab Nutrition R\$70,75em 12x R\$5,55Avaliação 4,7 de 5. (3 avaliações)4,7 (3)Avaliação 4,9 de 5. (16 avaliações)4,9 (16)R\$99,90em 12x R\$6,97Avaliação 5 de 5. (2 avaliações)5,0 (2)Por Emporio das Capsulas SUDRACTAvaliação 4,8 de 5. (21 avaliações)4,8 (21)Avaliação 5 de 5. (1 avaliações)5,0 (1)REIDRATAvaliação 5 de 5. (10 avaliações)5,0 (10)Por Emporio das Capsulas Avaliação 5 de 5. (2 avaliações)5,0 (2)Por Emporio das Capsulas ATLETICA NUTRITIONPor Vita Nutrition R\$45,79em 12x R\$3,23Enviado pelo Avaliação 5 de 5. (1 avaliações)5,0 (1)Por Emporio das Capsulas ATLETICA NUTRITIONPor Emporio das Capsulas Por Ragnarok Por Emporio das Capsulas ATLETICA NUTRITIONPor Emporio das Capsulas em 6x R\$31,28 sem jurosAvaliação 5 de 5. (1 avaliações)5,0 (1)Por Emporio das Capsulas Avaliação 4,7 de 5. (11 avaliações)4,7 (11)Por Emporio das Capsulas Avaliação 3,6 de 5. (8 avaliações)3,6 (8)Por Emporio das Capsulas ATLETICA NUTRITIONAvaliação 4,9 de 5. (11 avaliações)4,9 (11)Por Emporio das Capsulas em 2x R\$27,96 sem jurosPor Ragnarok Avaliação 5 de 5. (2 avaliações)5,0 (2)Por Emporio das Capsulas Avaliação 4,5 de 5. (4 avaliações)4,5 (4)Por Emporio das Capsulas em 5x R\$31,58 sem jurosPor Emporio das Capsulas R\$112,90em 12x R\$8,48Avaliação 3,5 de 5. (6 avaliações)3,5 (6)Por Emporio das Capsulas Avaliação 5 de 5. (1 avaliações)5,0 (1)Por Emporio das Capsulas O frete grátis está sujeito ao peso, preço e distância do envio. **Benefícios** O bicarbonato de sódio é um aliado poderoso. Ele oferece diversos benefícios para o seu dia a dia. Muitas pessoas buscam o bicarbonato de sódio para que serve e se surpreendem com sua multifuncionalidade. Este composto, de fórmula simples, NaHCO3, atua em diferentes frentes, trazendo bem-estar e praticidade. Bicarbonato de Sódio na Saúde e Bem-Estar O uso do bicarbonato de sódio vai além da cozinha. Ele é um excelente auxiliar para o seu bem-estar geral. Pessoas utilizam o bicarbonato de sódio azia para aliviar desconfortos estomacais. Sua ação alcalina neutraliza o excesso de acidez. Isso proporciona um alívio rápido e eficaz. É uma opção natural e acessível para muitas famílias. Outro ponto importante é o uso do bicarbonato de sódio por treinos. Atletas e praticantes de atividades físicas exploram seu potencial. Ele ajuda a melhorar o desempenho e a reduzir a fadiga muscular. O bicarbonato de sódio tampona o ácido láctico. Isso permite treinos mais intensos e duradouros. Ele se tornou um suplemento popular em muitas rotinas. O bicarbonato de sódio pode ser ingerido com segurança, seguindo as recomendações. Sempre consulte um profissional de saúde para dosagens adequadas. Ele pode ser um complemento valioso para sua saúde. Sua versatilidade faz dele um item essencial em qualquer casa. Você encontrará o bicarbonato de sódio onde comprar em nossa loja online. **Composição** Bicarbonato de Sódio 500mg (cápsulas manipuladas) **Modo de Uso** Ingerir 1 cápsula até duas vezes ao dia, de preferência antes das principais refeições, ou conforme orientação do profissional de saúde. **Validade** 6 meses após a manipulação. **Perguntas Frequentes sobre Bicarbonato de Sódio** O que é bicarbonato de sódio 500mg? O bicarbonato de sódio 500mg é um composto químico na forma de pó. É NaHCO3. Ele possui propriedades alcalinas. As pessoas o utilizam em diversas aplicações. Serve para cozinhar, limpar e para fins de saúde. Para que serve o bicarbonato de sódio? O bicarbonato de sódio para que serve possui muitas utilidades. Ele alivia a azia e melhora o desempenho físico. Serve também para limpeza doméstica. Ajuda a desodorizar ambientes e superfícies. É um produto multifuncional e econômico. Qual o preço do bicarbonato de sódio? O bicarbonato de sódio preço varia conforme a quantidade e a pureza. Em nossa loja, oferecemos opções acessíveis. Garantimos um excelente custo-benefício. **Invista em sua saúde e bem-estar.** O bicarbonato de sódio aumenta a pressão? Não há evidências científicas de que o bicarbonato de sódio aumente a pressão arterial. No entanto, ele contém sódio. Pessoas com restrição de sódio devem usá-lo com moderação. Sempre consulte seu médico. **Onde comprar bicarbonato de sódio de qualidade?** Você pode encontrar bicarbonato de sódio onde comprar em nossa loja online, Físico Farma. Oferecemos um produto de alta qualidade. Garantimos pureza e eficácia para todas as suas necessidades. Como usar bicarbonato de sódio para treinar? Para usar bicarbonato de sódio para treinar, a dose e o tempo são importantes. Geralmente, se consume antes do exercício. Ele ajuda a reduzir a fadiga muscular. Consulte um especialista para a dosagem ideal. Quais são os benefícios do bicarbonato de sódio? Os benefícios do sódio benefícios são muitos. Ele alivia a azia e melhora o desempenho físico. Ajuda na limpeza e desodorização. Contribui para a higiene pessoal. É um produto muito versátil. O bicarbonato de sódio serve para azia? Sim, o bicarbonato de sódio para azia é um remédio caseiro popular. Ele neutraliza o ácido estomacal. Isso proporciona alívio rápido. É uma opção eficaz para combater o desconforto. Sua Jornada de Bem-Estar Começa Aqui! O bicarbonato de sódio é mais do que um simples ingrediente. Ele é um aliado para sua saúde e seu lar. Na Físico Farma, priorizamos sua qualidade de vida. Oferecemos produtos que fazem a diferença. **Invista em sua saúde com confiança.** Explore nossa seleção e transforme seu dia a dia. A suplementação de bicarbonato de sódio tem sido amplamente estudada em relação aos seus efeitos na performance esportiva. O bicarbonato de sódio é um composto alcalino que pode ajudar a neutralizar o ácido láctico produzido pelos músculos durante exercícios intensos e prolongado, o que pode ajudar a retardar a fadiga muscular e melhorar a resistência. Vários estudos mostram que a suplementação de bicarbonato de sódio pode melhorar o desempenho em exercícios de resistência de longa duração, como corrida de longa distância. Um estudo publicado na revista "Journal of Strength and Conditioning Research" em 2010, por exemplo, investigou os efeitos da suplementação de bicarbonato de sódio em atletas de nível universitário que realizaram seis séries de sprints em bicicleta. Os resultados mostraram que a suplementação de bicarbonato de sódio aumentou a capacidade dos atletas em realizar exercícios de alta intensidade e curta duração. Outro estudo publicado na revista "International Journal of Sport Nutrition and Exercise Metabolism" em 2012 investigou os efeitos da suplementação de bicarbonato de sódio em jogadores de futebol que realizaram testes de sprint repetidos. Os resultados sugeriram que a suplementação de bicarbonato de sódio melhorou a velocidade e a resistência dos jogadores durante os testes. Além disso, um estudo publicado na revista "Journal of the International Society of Sports Nutrition" em 2015 investigou os efeitos da suplementação de bicarbonato de sódio em 19 jogadores de futebol de elite. Os resultados mostraram que a suplementação de bicarbonato de sódio melhorou o desempenho durante um teste de sprint repetido e reduziu a fadiga muscular nos atletas. Um detalhe muito importante é que nossas cápsulas são entéricas, ou seja, tem um revestimento resistente ao ácido gástrico, que impede que o conteúdo da cápsula seja liberado no estômago. Em vez disso, a cápsula passa pelo estômago intacta e se dissolve no intestino delgado, onde o conteúdo é liberado e absorvido pelo organismo. Isso evita qualquer irritação, protegendo seu estômago de qualquer desconforto gástrico, efeito comumente observado por quem já faz utilização deste tipo de suplementação. **Benefícios:** Melhora a performance em atividades que exigem maior desempenho muscular. Retardar a fadiga muscular. Maior potência muscular. Pacientes com hipertensão ou problemas cardíacos, usar somente com orientação médica. **Ingredientes:** Bicarbonato de sódioIngredientes da Cápsula: Hidroxipropilmetilcelulose e água (cápsula gastroresistente) **Validade:** 18 meses* **Produto** indicado para para o grupo populacional 19 anos. Este produto não é um medicamento. Não exceder a recomendação diária de consumo indicada na embalagem. Este produto não deve ser consumido por gestantes, lactantes e crianças. Mantenha fora do alcance de crianças. *ConsERVE ao abrigo da luz, calor e umidade **Referência Científica:** McNaughton LR, et al. Sodium bicarbonate ingestion and its effects on anaerobic exercise of various durations. J Sports Sci. 1999 Jun;17(6): 937-47. Carr AJ, et al. Sodium bicarbonate supplementation improves severe-intensity intermittent exercise under moderate acute hypoxic conditions. Eur J Appl Physiol. 2013 Jan;113(1): 187-94. Siegler JC, et al. The effect of sodium bicarbonate ingestion on high-intensity intermittent exercise performance. J Strength Cond Res. 2010 Jul;24(7): 1844-52. Artioli GC, et al. Exogenous ketone supplements increase acute dietary ketone availability, but do not alter glucose or fatty acid concentrations during exercise in healthy young males. Eur J Nutr. 2018 Apr;57(3): 785-92. Krustrup P, et al. Sodium bicarbonate intake improves high-intensity intermittent exercise performance in trained young men. J Int Soc Sports Nutr. 2015 Jun;12(1): 25. O Bicarbonato de Sódio FourLab é o suplemento ideal para atletas de endurance que buscam melhorar seu desempenho e superar seus limites. Formulado para neutralizar o ácido láctico e reduzir a fadiga muscular, ele ajuda você a treinar mais forte e por mais tempo. Nossas cápsulas gastrointestinais garantem a máxima eficácia com o mínimo de desconforto. Se você é ciclista, corredor, triatleta ou praticante de qualquer esporte de resistência, o Bicarbonato de Sódio FourLab é o seu aliado para alcançar resultados incríveis. O que é Bicarbonato de Sódio? bicarbonato de sódio (NaHCO3) é um composto químico que atua como um tampão no organismo, ajudando a neutralizar o excesso de ácido láctico produzido durante exercícios intensos. Ele é essencial para manter o equilíbrio do pH sanguíneo e muscular, permitindo que você treine com mais intensidade e por mais tempo. **Benefícios do Bicarbonato de Sódio para Atletas:** Melhora da Performance: Aumenta a capacidade de realizar exercícios de alta intensidade por mais tempo. Redução da Fadiga Muscular: Diminui a sensação de cansaço e dor muscular durante e após o exercício. Neutralização do Ácido Láctico: Ajuda a manter o equilíbrio do pH muscular, evitando a acidose. Aumento da Resistência: Permite que você treine por mais tempo sem fadiga. Aumento da Força Muscular: Contribui para um melhor desempenho em exercícios de força. Melhora da Recuperação: Acelera a recuperação muscular após o exercício. Como o Bicarbonato de Sódio FourLab? Durante exercícios intensos, o organismo produz ácido láctico, que causa a acidose muscular e a fadiga. O bicarbonato de sódio atua como um tampão, neutralizando o ácido láctico e mantendo o pH muscular em níveis ideais. Isso permite que o músculo continue trabalhando por mais tempo e com mais intensidade. Estudos científicos mostram que o bicarbonato de sódio facilita o transporte de lactato e ions de hidrogênio (H+) para fora das células musculares, reduzindo a acidose e melhorando a performance. Bicarbonato de Sódio em Pó vs. Cápsulas Gastrointestinais O bicarbonato de sódio pode ser encontrado em pó ou em cápsulas gastrointestinais. A forma em pó, quando ingerida, pode causar desconforto gastrointestinal em algumas pessoas, como náuseas, cólicas e diarreia. Isso ocorre porque o bicarbonato de sódio reage com o ácido do estômago, liberando gás carbônico. As cápsulas gastrointestinais, como as oferecidas pela FourLab, possuem um revestimento entérico que impede que o bicarbonato de sódio seja liberado no estômago. Isso garante que ele seja absorvido no intestino, onde é mais eficaz e causa menos desconforto. Essa tecnologia permite que você aproveite todos os benefícios do bicarbonato de sódio sem os efeitos colaterais indesejados. **Vantagens das Cápsulas Gastrointestinais:** Redução do Desconforto: Minimiza o risco de náuseas, cólicas e diarreia. Melhor Absorção: Garante que o bicarbonato de sódio seja absorvido no intestino, onde é mais eficaz. Maior Conveniência: Facilita o consumo e a dosagem do produto. Modo de Uso Para obter os melhores resultados com o Bicarbonato de Sódio FourLab, siga as seguintes recomendações: **Dosagem:** Recomenda-se ingerir 0,2 a 0,3 gramas de bicarbonato de sódio por quilo de peso corporal. Quando Tomar: Tome as cápsulas com água, 60 a 90 minutos antes do início do exercício. **Cápsulas Gastrointestinais:** As cápsulas gastrointestinais da FourLab foram desenvolvidas para minimizar o desconforto gastrointestinal. **Importante:** Não exceda a dose recomendada. Consulte um profissional de saúde para ajustar a dosagem de acordo com suas necessidades individuais. **Ingredientes:** Cada cápsula de Bicarbonato de Sódio FourLab contém: Bicarbonato de Sódio de alta pureza Revestimento entérico (cápsula vegetal) Nosso bicarbonato de sódio é cuidadosamente selecionado para garantir a máxima qualidade e eficácia. O revestimento entérico das cápsulas é de origem vegetal, tornando o produto adequado para vegetarianos e veganos. **Informações Nutricionais:** Precauções O Bicarbonato de Sódio FourLab é seguro quando usado conforme as recomendações. No entanto, algumas pessoas podem apresentar efeitos colaterais leves, como: Desconforto gastrointestinal (raro com as cápsulas gastrointestinais) Náuseas (raro com as cápsulas gastrointestinais) Cólicas (raro com as cápsulas gastrointestinais) Diarreia (raro com as cápsulas gastrointestinais) **Recomendações:** Não exceda a dose recomendada. Se você tiver problemas de saúde, consulte um profissional de saúde antes de usar. Mantenha fora do alcance de crianças. Em caso de reações adversas, interrompa o uso e consulte um médico. **Evidências Científicas:** A eficácia do Bicarbonato de Sódio FourLab é respaldada por diversos estudos científicos. Destacamos três pesquisas que demonstram os benefícios deste suplemento para atletas: **Melhoria no Desempenho de Ciclismo:** Um estudo publicado no Journal of Strength and Conditioning Research mostrou que ciclistas que ingeriram bicarbonato de sódio completaram um percurso de 16,1 km em média 1,2% mais rápido do que o grupo placebo, demonstrando uma melhoria significativa na performance de endurance [1]. **Aumento da Capacidade em Sprints Repetidos:** Pesquisadores descobriram que atletas suplementados com bicarbonato de sódio mantiveram maior potência ao longo de múltiplos sprints, indicando uma melhora na resistência à fadiga durante exercícios intensos e intermitentes [2]. **Benefícios para Nadadores de Elite:** Um estudo com nadadores de alto nível revelou que a suplementação com bicarbonato de sódio resultou em tempos mais rápidos em provas de 200 metros, com uma melhora média de 1,5 segundos em comparação ao grupo placebo [3]. Estes estudos comprovam que o bicarbonato de sódio é um suplemento eficaz para melhorar o desempenho em diversas modalidades esportivas, especialmente em atividades de alta intensidade. **Referências Bibliográficas:** Gough, L. A., Deb, S. K., Sparks, S. A., & McNaughton, L. R. (2018). Sodium bicarbonate improves 4 km time trial cycling performance when individualised to time to peak blood bicarbonate in trained male cyclists. Journal of Sports Sciences, 36(15), 1705-1712. Lopes-Silva, J. P., Reale, R., & Franchini, E. (2019). Acute and chronic effect of sodium bicarbonate ingestion on Wingate test performance: a systematic review and meta-analysis. Journal of Sports Sciences, 37(7), 762-771. Lindh, A. M., Peyrebrune, M. C., Ingham, S. A., Bailey, D. M., & Folland, J. P. (2008). Sodium bicarbonate improves swimming performance. International Journal of Sports Medicine, 29(6), 519-523. **Perguntas Frequentes (FAQ) Bicarbonato de Sódio FourLab é seguro?** Sim, o Bicarbonato de Sódio FourLab é seguro quando usado conforme as recomendações. As cápsulas gastrointestinais minimizam o risco de desconforto gastrointestinal. Qual a dosagem recomendada? Recomenda-se ingerir 0,2 a 0,3 gramas de bicarbonato de sódio por quilo de peso corporal, 60 a 90 minutos antes do exercício. As cápsulas gastrointestinais causam algum efeito colateral? As cápsulas gastrointestinais foram desenvolvidas para minimizar o risco de desconforto gastrointestinal. No entanto, algumas pessoas podem apresentar efeitos colaterais leves, como náuseas ou cólicas. Posso usar o Bicarbonato de Sódio FourLab todos os dias? O uso diário não é recomendado. O Bicarbonato de Sódio FourLab deve ser usado em dias de treino intenso ou competição. O Bicarbonato de Sódio FourLab é vegano? Sim, as cápsulas são de origem vegetal e o produto é adequado para veganos. Atletas amadores e de alto rendimento buscam através da alimentação, treinamento, equipamentos e recursos ergogênicos (suplementos alimentares) aumentar o desempenho esportivo. Muitos suplementos são utilizados para manter o atleta por mais tempo na prática esportiva retardando a fadiga. Entre os suplementos mais populares, de fácil acesso e baixo custo temos o bicarbonato de sódio. 10 alimentos que potencializam o crescimento dos músculos A fadiga muscular possui inúmeras causas, entre elas mudanças no equilíbrio ácido-base, com maior produção de ions hidrogênio (H+) no músculo e no sangue, redução do pH sanguíneo e maior acidez metabólica. Diversos estudos têm investigado a ação ergogênica de substâncias tamponantes como o bicarbonato de sódio (NaHCO3). A ingestão de bicarbonato de sódio aumenta a concentração extracelular de ions bicarbonato, elevando o pH sanguíneo, tamponando a acidez das células musculares e retardando a fadiga. 1 de 2 Objetivo da suplementação é manter o atleta em atividade por mais tempo – Foto: Getty Images Objetivo da suplementação é manter o atleta em atividade por mais tempo – Foto: Getty Images Isto ocorre principalmente em atividades de alta intensidade e curta duração, 60 segundos a 4 – 5 minutos (ex: natação 50m, natação 200m, corrida 800m) e em esportes intermitentes ou treinamentos que alternam períodos de esforço máximo e sub-máximo (ex: futebol, basquete, lutas) e sprints, onde observa-se muita acidose metabólica. Muitos estudos utilizam como dose de suplementação 300mg de bicarbonato/kg de peso, 1 a 2 horas antes do treinamento, com o objetivo de retardar a fadiga e acelerar a recuperação muscular. Pode ser adicionado a sucos de frutas ou com água. A resposta à utilização do bicarbonato de sódio é variável para cada indivíduo. Observam-se alguns efeitos adversos como desconforto gástrico, diarreia, distensão abdominal e eructação. CRIVELARO, P.C. Influência da Suplementação de Bicarbonato de Sódio no Desempenho Anaeróbio em Atletas de Futebol. Revista Brasileira de Nutrição Esportiva, São Paulo, v. 6, n. 33, p. 215-222, Maio/Jun. 2012 MACNAUGHTON, L.R. Recent Developments in the Use of Sodium Bicarbonate as an Ergogenic Aid. Curr Sports Med Rep, v.15, n.4, p. 233-244, JUL–Aug 2016 NADERI, A. et al. Co-ingestion of Nutritional Ergogenic Aids and High-Intensity Exercise Performance. Sports Med, v.46, n.10, p. 1407-1418, Oct 2016. *As informações e opiniões emitidas neste texto são de inteira responsabilidade do autor, não correspondendo, necessariamente, ao ponto de vista do Globoesporte.com / EuAtleta.com. 2 de 2 Nutricionista formada pela UFRJ e pós-graduada em obesidade e emagrecimento. Tem especialização em nutrição clínica pela UFF, especialização em nutrição esportiva pela Universidade Estácio de Sá e trabalha com consultoria e assessoria na área de nutrição. — Foto: EuAtleta Nutricionista formada pela UFRJ e pós-graduada em obesidade e emagrecimento. Tem especialização em nutrição clínica pela UFF,

BICARBONATO DE SÓDIO 1000MG COMO FUNÇÃO O bicarbonato de sódio é um composto químico natural e classificado como um sal. Ele atua como um agente neutralizante, pode ajudar tanto na redução de alcalinidade e quanto na de acidez. Pode ajudar no controle da diarreia. **INDICAÇÕES**: - Pode ajudar no controle de diarreias; - Pode ajudar na redução de alcalinidade; - Pode ajudar na redução da acidez estomacal. **COMPOSIÇÃO** Bicarbonato de sódio 1000mg Cápsula qsp **MODO DE USO** Tomar de 01 a 02 cápsulas ao dia acompanhadas de líquido, antes de suas refeições ou conforme orientação de um profissional habilitado. **ORIENTAÇÕES GERAIS** 1. Nunca compre produto sem orientação de um profissional habilitado. 2. Imagens meramente ilustrativas. 3. Pessoas com hipersensibilidade à substância não devem usar o produto. 4. Em caso de reações adversas, recomenda-se a interrupção do uso e consulta a um profissional habilitado. 5. Não utilizar o produto após o vencimento do prazo de validade. 6. Conservar em temperatura ambiente, longe de luz, calor e umidade. Nestas condições, o produto manterá sua integridade para o uso. 7. Manter o produto fora do alcance de crianças. 8. Este produto não deve ser utilizado por gestantes ou lactantes sem orientação médica. 9. Seguir corretamente o modo de uso indicado. **REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS** As

Referências Bibliográficas se encontram em nosso departamento técnico farmacêutico, baseadas nas literaturas e materiais de nossos fornecedores. **DÚVIDAS?** Entre em contato conosco, da forma que preferir: 1. E-mail: sac@farmasite.com.br 2. Telefone: (37) 98651-2548 3. Pessoalmente: Pc. Juvenal Pereira, nº 366, Santanense, Itaúna, Minas Gerais. 10,53€ 13,12€ 80,00€ 80,00€ 10,87€ 12,79€ 9,80€ 11,99€ 25,13€ 33,51€ 12,92€ 15,60€ 6,06€ 7,09€ 4,57€ 6,43€ 25,13€ 33,51€ 14,30€ 17,87€ 14,30€ 17,87€ 5,96€ 12,48€ 16,48€ 3,32€ 3,51€ 16,64€ 23,23€ 35,36€ 52,39€ 43,71€ 66,85€ 18,85€ 24,11€ 80,00€ 80,00€ 4,95€ 5,63€ 14,30€ 17,87€ 14,30€ 17,87€ 44,07€ 53,85€ 10,05€ 13,22€ 29,52€ 36,95€ **Descrição do Produto:** HPN Bicarbonato De Sódio (Carbonato de Sódio) 60 Cápsulas de 500mg Descubra o poder do HPN Bicarbonato De Sódio, um produto 100% natural que se destaca pela sua pureza e eficácia. Com uma validade de 2 anos, este suplemento é uma excelente adição à sua rotina diária, proporcionando benefícios que vão além do esperado. Cada cápsula contém 500mg de bicarbonato de sódio, um composto amplamente reconhecido por suas propriedades benéficas. Ideal para todas as idades, exceto para gestantes, lactantes e crianças menores de 12 anos, o HPN Bicarbonato De Sódio é uma escolha segura e confiável. Produzido a partir de pó extraído de plantas, este produto é considerado um alimento e não um remédio, o que o torna uma opção versátil para quem busca melhorar a saúde digestiva e o bem-estar geral. A fórmula é livre de glúten e lactose, garantindo que pessoas com restrições alimentares possam utilizá-lo sem preocupações. Após a finalização da compra, o produto será enviado em até 24 horas, garantindo que você não perca tempo para começar a usufruir de seus benefícios. **Benefícios Destacados pela Essência Brasileira:** 1. Melhora da Digestão: O bicarbonato de sódio auxilia na neutralização da acidez estomacal, promovendo um alívio rápido para desconfortos digestivos. 2. Equilíbrio do pH: Contribui para o equilíbrio do pH do corpo, ajudando a manter um ambiente interno saudável. 3. Aumento da Energia: Pode ajudar a reduzir a fadiga, proporcionando uma sensação de energia renovada ao longo do dia. 4. Desintoxicação Natural: Auxilia na eliminação de toxinas, promovendo uma limpeza interna eficaz. 5. Facilidade de Uso: Com a dosagem prática em cápsulas, é fácil incorporar o HPN Bicarbonato De Sódio na sua rotina diária. – **Sugestão de Uso:** Para obter os melhores resultados, recomenda-se a ingestão de 1 cápsula após o café da manhã, 1 cápsula após o almoço e 1 cápsula após o jantar. É importante ingerir cada cápsula com bastante água, garantindo uma absorção adequada e maximizando os benefícios do produto. **Características do Produto:** – **Composição:** Pó a partir da planta, 100% natural. – **Formato:** 60 cápsulas de 500mg. – **Validade:** 2 anos. – **Isento de Glúten e Lactose:** Ideal para pessoas com restrições alimentares. – **Regulamentação:** Segue as normas do Ministério da Saúde e a Resolução da ANVISA nº 27, de 6 de agosto de 2010. – **Unissex:** Adequado para todos os gêneros. **Experimente o HPN Bicarbonato De Sódio e transforme sua saúde de forma natural e eficaz. Não perca a oportunidade de melhorar seu bem-estar diário! Explore também nossos produtos relacionados e descubra como podemos ajudar você a alcançar uma vida mais saudável e equilibrada. Clique agora e aproveite!** Enviado pelo Avaliação 4,7 de 5. (20 avaliações)4,7 (20)Avaliação 5 de 5. (6 avaliações)5,0 (6)ATLETICA NUTRITIONR\$40em 12x R\$2,82Enviado pelo Outra opção de compraPor Athletica Nutrition Avaliação 4,9 de 5. (198 avaliações)4,9 (198)Avaliação 4,4 de 5. (8 avaliações)4,4 (8)MAIS VENDIDOATLETICA NUTRITIONAvaliação 4,8 de 5. (711 avaliações)4,8 (711)Avaliação 5 de 5. (2 avaliações)5,0 (2)Enviado pelo Avaliação 4,7 de 5. (20 avaliações)4,7 (20)Avaliação 5 de 5. (6 avaliações)5,0 (6)Avaliação 4,6 de 5. (8 avaliações)4,6 (8)Avaliação 4,9 de 5. (11 avaliações)4,9 (11)Por noconoc USA R\$210,90em 12x R\$16,95COMPRA INTERNACIONALEnvio dos EUA Avaliação 4 de 5. (2 avaliações)4,0 (2)Por Emporio das Capsulas Avaliação 5 de 5. (7 avaliações)5,0 (7)em 2x R\$23,45 sem jurosAvaliação 4,7 de 5. (19 avaliações)4,7 (19)Por Fourlab Nutrition R\$70,75em 12x R\$5,55Avaliação 4,7 de 5. (3 avaliações)4,7 (3)Avaliação 4,9 de 5. (16 avaliações)4,9 (16)R\$99,90em 12x R\$6,97Avaliação 5 de 5. (2 avaliações)5,0 (2)Por Emporio das Capsulas SUDRACTAvaliação 4,8 de 5. (21 avaliações)4,8 (21)Avaliação 5 de 5. (1 avaliações)5,0 (1)REIDRATAvaliação 5 de 5. (10 avaliações)5,0 (10)Por Emporio das Capsulas Avaliação 5 de 5. (2 avaliações)5,0 (2)Por Emporio das Capsulas ATLETICA NUTRITIONPor Vita Nutrition R\$45,79em 12x R\$3,23Enviado pelo Avaliação 5 de 5. (1 avaliações)5,0 (1)Por Emporio das Capsulas ATLETICA NUTRITIONPor Emporio das Capsulas Por Ragnarok Por Emporio das Capsulas ATLETICA NUTRITIONPor Emporio das Capsulas em 6x R\$31,28 sem jurosAvaliação 5 de 5. (1 avaliações)5,0 (1)Por Emporio das Capsulas Avaliação 4,7 de 5. (11 avaliações)4,7 (11)Por Emporio das Capsulas Avaliação 3,6 de 5. (8 avaliações)3,6 (8)Por Emporio das Capsulas ATLETICA NUTRITIONAvaliação 4,9 de 5. (11 avaliações)4,9 (11)Por Emporio das Capsulas em 2x R\$27,96 sem jurosPor Ragnarok Avaliação 5 de 5. (2 avaliações)5,0 (2)Por Emporio das Capsulas Avaliação 4,5 de 5. (4 avaliações)4,5 (4)Por Emporio das Capsulas em 5x R\$31,58 sem jurosPor Emporio das Capsulas R\$112,90em 12x R\$8,48Avaliação 3,5 de 5. (6 avaliações)3,5 (6)Por Emporio das Capsulas Avaliação 5 de 5. (1 avaliações)5,0 (1)Por Emporio das Capsulas O frete grátis está sujeito ao peso, preço e distância do envio. **Benefícios** O bicarbonato de sódio é um aliado poderoso. Ele oferece diversos benefícios para o seu dia a dia. Muitas pessoas buscam o bicarbonato de sódio para que serve e se surpreendem com sua multifuncionalidade. Este composto, de fórmula simples, NaHCO3, atua em diferentes frentes, trazendo bem-estar e praticidade. Bicarbonato de Sódio na Saúde e Bem-Estar O uso do bicarbonato de sódio vai além da cozinha. Ele é um excelente auxiliar para o seu bem-estar geral. Pessoas utilizam o bicarbonato de sódio azia para aliviar desconfortos estomacais. Sua ação alcalina neutraliza o excesso de acidez. Isso proporciona um alívio rápido e eficaz. É uma opção natural e acessível para muitas famílias. Outro ponto importante é o uso do bicarbonato de sódio por treinos. Atletas e praticantes de atividades físicas exploram seu potencial. Ele ajuda a melhorar o desempenho e a reduzir a fadiga muscular. O bicarbonato de sódio tampona o ácido láctico. Isso permite treinos mais intensos e duradouros. Ele se tornou um suplemento popular em muitas rotinas. O bicarbonato de sódio pode ser ingerido com segurança, seguindo as recomendações. Sempre consulte um profissional de saúde para dosagens adequadas. Ele pode ser um complemento valioso para sua saúde. Sua versatilidade faz dele um item essencial em qualquer casa. Você encontrará o bicarbonato de sódio onde comprar em nossa loja online. **Composição** Bicarbonato de Sódio 500mg (cápsulas manipuladas) **Modo de Uso** Ingerir 1 cápsula até duas vezes ao dia, de preferência antes das principais refeições, ou conforme orientação do profissional de saúde. **Validade** 6 meses após a manipulação. **Perguntas Frequentes sobre Bicarbonato de Sódio** O que é bicarbonato de sódio 500mg? O bicarbonato de sódio 500mg é um composto químico na forma de pó. É NaHCO3. Ele possui propriedades alcalinas. As pessoas o utilizam em diversas aplicações. Serve para cozinhar, limpar e para fins de saúde. Para que serve o bicarbonato de sódio? O bicarbonato de sódio para que serve possui muitas utilidades. Ele alivia a azia e melhora o desempenho físico. Serve também para limpeza doméstica. Ajuda a desodorizar ambientes e superfícies. É um produto multifuncional e econômico. Qual o preço do bicarbonato de sódio? O bicarbonato de sódio preço varia conforme a quantidade e a pureza. Em nossa loja, oferecemos opções acessíveis. Garantimos um excelente custo-benefício. **Invista em sua saúde e bem-estar.** O bicarbonato de sódio aumenta a pressão? Não há evidências científicas de que o bicarbonato de sódio aumente a pressão arterial. No entanto, ele contém sódio. Pessoas com restrição de sódio devem usá-lo com moderação. Sempre consulte seu médico. **Onde comprar bicarbonato de sódio de qualidade?** Você pode encontrar bicarbonato de sódio onde comprar em nossa loja online, Físico Farma. Oferecemos um produto de alta qualidade. Garantimos pureza e eficácia para todas as suas necessidades. Como usar bicarbonato de sódio para treinar? Para usar bicarbonato de sódio para treinar, a dose e o tempo são importantes. Geralmente, se consume antes do exercício. Ele ajuda a reduzir a fadiga muscular. Consulte um especialista para a dosagem ideal. Quais são os benefícios do bicarbonato de sódio? Os benefícios do sódio benefícios são muitos. Ele alivia a azia e melhora o desempenho físico. Ajuda na limpeza e desodorização. Contribui para a higiene pessoal. É um produto muito versátil. O bicarbonato de sódio serve para azia? Sim, o bicarbonato de sódio para azia é um remédio caseiro popular. Ele neutraliza o ácido estomacal. Isso proporciona alívio rápido. É uma opção eficaz para combater o desconforto. Sua Jornada de Bem-Estar Começa Aqui! O bicarbonato de sódio é mais do que um simples ingrediente. Ele é um aliado para sua saúde e seu lar. Na Físico Farma, priorizamos sua qualidade de vida. Oferecemos produtos que fazem a diferença. **Invista em sua saúde com confiança.** Explore nossa seleção e transforme seu dia a dia. A suplementação de bicarbonato de sódio tem sido amplamente estudada em relação aos seus efeitos na performance esportiva. O bicarbonato de sódio é um composto alcalino que pode ajudar a neutralizar o ácido láctico produzido pelos músculos durante exercícios intensos e prolongado, o que pode ajudar a retardar a fadiga muscular e melhorar a resistência. Vários estudos mostram que a suplementação de bicarbonato de sódio pode melhorar o desempenho em exercícios de resistência de longa duração, como corrida de longa distância. Um estudo publicado na revista "Journal of Strength and Conditioning Research" em 2010, por exemplo, investigou os efeitos da suplementação de bicarbonato de sódio em atletas de nível universitário que realizaram seis séries de sprints em bicicleta. Os resultados mostraram que a suplementação de bicarbonato de sódio aumentou a capacidade dos atletas em realizar exercícios de alta intensidade e curta duração. Outro estudo publicado na revista "International Journal of Sport Nutrition and Exercise Metabolism" em 2012 investigou os efeitos da suplementação de bicarbonato de sódio em jogadores de futebol que realizaram testes de sprint repetidos. Os resultados sugeriram que a suplementação de bicarbonato de sódio melhorou a velocidade e a resistência dos jogadores durante os testes. Além disso, um estudo publicado na revista "Journal of the International Society of Sports Nutrition" em 2015 investigou os efeitos da suplementação de bicarbonato de sódio em 19 jogadores de futebol de elite. Os resultados mostraram que a suplementação de bicarbonato de sódio melhorou o desempenho durante um teste de sprint repetido e reduziu a fadiga muscular nos atletas. Um detalhe muito importante é que nossas cápsulas são entéricas, ou seja, tem um revestimento resistente ao ácido gástrico, que impede que o conteúdo da cápsula seja liberado no estômago. Em vez disso, a cápsula passa pelo estômago intacta e se dissolve no intestino delgado, onde o conteúdo é liberado e absorvido pelo organismo. Isso evita qualquer irritação, protegendo seu estômago de qualquer desconforto gástrico, efeito comumente observado por quem já faz utilização deste tipo de suplementação. **Benefícios:** Melhora a performance em atividades que exigem maior desempenho muscular. Retardar a fadiga muscular. Maior potência muscular. Pacientes com hipertensão ou problemas cardíacos, usar somente com orientação médica. **Ingredientes:** Bicarbonato de sódioIngredientes da Cápsula: Hidroxipropilmetilcelulose e água (cápsula gastroresistente) **Validade:** 18 meses* **Produto** indicado para para o grupo populacional 19 anos. Este produto não é um medicamento. Não exceder a recomendação diária de consumo indicada na embalagem. Este produto não deve ser consumido por gestantes, lactantes e crianças. Mantenha fora do alcance de crianças. *ConsERVE ao abrigo da luz, calor e umidade **Referência Científica:** McNaughton LR, et al. Sodium bicarbonate ingestion and its effects on anaerobic exercise of various durations. J Sports Sci. 1999 Jun;17(6): 937-47. Carr AJ, et al. Sodium bicarbonate supplementation improves severe-intensity intermittent exercise under moderate acute hypoxic conditions. Eur J Appl Physiol. 2013 Jan;113(1): 187-94. Siegler JC, et al. The effect of sodium bicarbonate ingestion on high-intensity intermittent exercise performance. J Strength Cond Res. 2010 Jul;24(7): 1844-52. Artioli GC, et al. Exogenous ketone supplements increase acute dietary ketone availability, but do not alter glucose or fatty acid concentrations during exercise in healthy young males. Eur J Nutr. 2018 Apr;57(3): 785-92. Krustrup P, et al. Sodium bicarbonate intake improves high-intensity intermittent exercise performance in trained young men. J Int Soc Sports Nutr. 2015 Jun;12(1): 25. O Bicarbonato de Sódio FourLab é o suplemento ideal para atletas de endurance que buscam melhorar seu desempenho e superar seus limites. Formulado para neutralizar o ácido láctico e reduzir a fadiga muscular, ele ajuda você a treinar mais forte e por mais tempo. Nossas cápsulas gastrointestinais garantem a máxima eficácia com o mínimo de desconforto. Se você é ciclista, corredor, triatleta ou praticante de qualquer esporte de resistência, o Bicarbonato de Sódio FourLab é o seu aliado para alcançar resultados incríveis. O que é Bicarbonato de Sódio? bicarbonato de sódio (NaHCO3) é um composto químico que atua como um tampão no organismo, ajudando a neutralizar o excesso de ácido láctico produzido durante exercícios intensos. Ele é essencial para manter o equilíbrio do pH sanguíneo e muscular, permitindo que você treine com mais intensidade e por mais tempo. **Benefícios do Bicarbonato de Sódio para Atletas:** Melhora da Performance: Aumenta a capacidade de realizar exercícios de alta intensidade por mais tempo. Redução da Fadiga Muscular: Diminui a sensação de cansaço e dor muscular durante e após o exercício. Neutralização do Ácido Láctico: Ajuda a manter o equilíbrio do pH muscular, evitando a acidose. Aumento da Resistência: Permite que você treine por mais tempo sem fadiga. Aumento da Força Muscular: Contribui para um melhor desempenho em exercícios de força. Melhora da Recuperação: Acelera a recuperação muscular após o exercício. Como o Bicarbonato de Sódio FourLab? Durante exercícios intensos, o organismo produz ácido láctico, que causa