

## **NAC: N-Acetilcisteina**

### **La Molecola del Benessere Emotivo e Mentale**

La N-Acetilcisteina (NAC) è un **precursore chiave del glutathione**, il più potente antiossidante endogeno del nostro organismo. Secondo le analisi e le divulgazioni di Patrizia Cuffaro, la NAC gioca un ruolo centrale non solo nella protezione cellulare, ma anche nella regolazione fine della chimica cerebrale, **favorendo la lucidità mentale, la stabilità dell'umore e la resilienza allo stress.**

#### **Benefici Chiave per l'Umore e la Funzione Cerebrale**

- **Modulazione del Glutammato:** Riequilibra i livelli di glutammato, il principale neurotrasmettitore eccitatorio, **contribuendo a ridurre l'iperattività neuronale, il rimuginio mentale e gli stati di tensione.**
- **Supporto alla Dopamina:** Favorisce l'omeostasi dei circuiti dopaminergici, **sostenendo la motivazione, la concentrazione e la sensazione generale di appagamento.**
- **Azione Neuroprotettiva e Antiossidante:** Ripristina le riserve di glutathione nel cervello, **proteggendo i neuroni dallo stress ossidativo e sostenendo l'energia mentale.**
- **Riduzione della Neuroinfiammazione:** Contrasta i processi infiammatori di basso grado spesso correlati a cali del tono dell'umore e affaticamento psicofisico.
- **Associazione Sinergica** Vitamina C, Vitamine del gruppo B, Zinco e Selenio, SAMe