

媒体名	FOOD STYLE 21	掲載日	2011年9月号
タイトル	特集「脱・草食系男子 男性応援素材研究」		
<p style="text-align: center;">筋肉の回復を早め、効率のいいトレーニングを AC-11がDNAの修復を促進 ニュートリション・アクト</p> <p>ニュートリション・アクト(東京都港区)が取り扱うAC-11(エーシーイレブン)は、アマゾン川流域の原住民の間で2000年以上食経験のあるキャツクロー樹皮由来の新規成分配合エキス。新たな有効成分CAEs(カルボキシアルキルエステル)成分を高濃度に分画し、体内のDNA修復能力を促進する効果が確認されている。健康体力研究所(東京都文京区)から販売されている「グルタミンAC-11プラス」というスポーツサプリメントは、「超回復への新しいアプローチ」をコンセプトに、激しい筋力トレーニングからの回復(超回復)を早め、より効率のいいトレーニングを可能にする商品として期待されている。</p> <p>激しいウェイトトレーニングでは必ず数日間の回復期を設け、継続的にこの「トレーニング—休養」を繰り返すことでパフォーマンス向上をアスリートは目指す。AC-11は、DNAの損傷を修復し、筋肉細胞の元となる骨格筋幹細胞の数を維持する効果が期待できるとしている。限界に近い運動負荷をかけると筋肉細胞が損傷し、幹細胞は傷ついた筋肉細胞と融合して筋肉を強く、大きく肥大させる。強力な負荷が筋肉をより大きくするのは筋肉細胞を強くして、その損傷を防ごうとする一種の防御反応。幹細胞が維持されれば強いウェイトトレーニングの後に起こる骨格筋細胞の肥大効果を最大限に得られ、その結果トレーニング効果を最大に維持する効果が期待される。</p>			