

CITRUS AURANTIUM EXTRATO SECO

Min. 6% de Sinefrina

Nome Científico: *Citrus aurantium* L.

Família: Rutaceae.

Parte Utilizada: Fruto.

Solvente de Extração: Água e Etanol.



Introdução

Espécies do gênero *Citrus* são ricas em flavonóides, óleos voláteis, cumarinas e pectinas (Kuster; Rocha, 2003). A maioria dos compostos flavônicos são heterosídeos de flavanonas (hesperidosídeo, neo-hesperidosídeo, naringosídeo, eriodictiosídeo). Ocorrem também outros flavonóides, como a diosmina e o rutosídeo (Bruneton, 1993). A hesperidina é o principal glicosídeo encontrado nas laranjas doces e a neoesperidina, nas laranjas amargas (Arriaga; Rumbero, 1990). O fruto imaturo contém sinefrina e n-metiltiramina (Huang et al., 1995).

O *Citrus aurantium*, também conhecido como bitter orange, é uma fruta tradicionalmente utilizada na Medicina Tradicional Chinesa. É obtido da laranja amarga imatura. Atua acelerando o metabolismo e promove um maior gasto de calorias e queima de gordura.

Descrição

Citrus aurantium contém Sinefrina, uma substância similar à efedrina (*Ephedra sinica*) muito mais segura e eficaz, que aumenta a produção de hormônios, estimula a produção de testosterona em homens e mulheres.

| | |
|---------------------------------|----------------------------|
| Revisão nº: 00 | Data: 07/10/2011 |
| Elaborado por: Tatiana Domingos | Conferido por: Laísa Costa |

Alguns outros dos seus constituintes químicos são o acetato de linalina, acetado de geraniol e de geranilo, Vitamina C, ácido cítrico, ácidos graxos, bioflavonóides, carboidratos, caroteno, cirantina, citral, derivados cumáricos, escopuletina, fitosteróis, geraniol, hesperidina, limoneno, linalol, lipídios, pectinas, proteínas, sais (potássio, cálcio, sódio, fósforo, magnésio, enxofre, cloro, ferro, silício), saponina, substâncias amargas, tangeritina e as amins: sinefrina, N-metiltiramina, hordenina, octopamina e tiramina, vitamina A, vitamina B, vitamina B2 e niacina.

O extrato de *Citrus aurantium* comumente contém de 1,5 a 6% de Sinefrina.

Propriedades

O extrato de *Citrus Aurantium* atua na liberação de adrenalina e noradrenalina junto aos receptores beta-3, que são principalmente encontrados no tecido adiposo e no fígado. O estímulo a esses receptores desencadeia o processo de quebra de gordura (lipólise). Ao mesmo tempo, promove um aumento na taxa metabólica (termogênese), queimando uma quantidade maior de calorias. Por sua ação específica em receptores b3 adrenérgicos, que são sítios específicos reguladores da perda de gordura, não possui efeitos colaterais nocivos ao sistema cardiovascular. A Efedrina age como estimulante, mas como acelera os batimentos cardíacos e a pressão arterial, aumenta o risco de insônia, infarto e até derrame. E a Sinefrina não apresenta esses efeitos, ela se liga a receptores encontrados no tecido adiposo, ativando o metabolismo e a queima de gordura sem causar interferência no sistema cardiovascular.

Citrus Aurantium melhora o processo digestivo atuando também como desintoxicante do fígado. Além disso, alguns estudos comprovaram que a substância, por promover mais energia, estimula a liberação de adrenalina, o que deixa a pessoa muito mais disposta. E também deixa os aminoácidos mais acessíveis para a formação de proteína, o que é indispensável para quem deseja ganhar e tonificar os músculos do corpo. A substância também tem propriedade digestiva, melhorando a absorção dos nutrientes e protegendo o estômago.

| | |
|---------------------------------|----------------------------|
| Revisão nº: 00 | Data: 07/10/2011 |
| Elaborado por: Tatiana Domingos | Conferido por: Laísa Costa |

Estudo

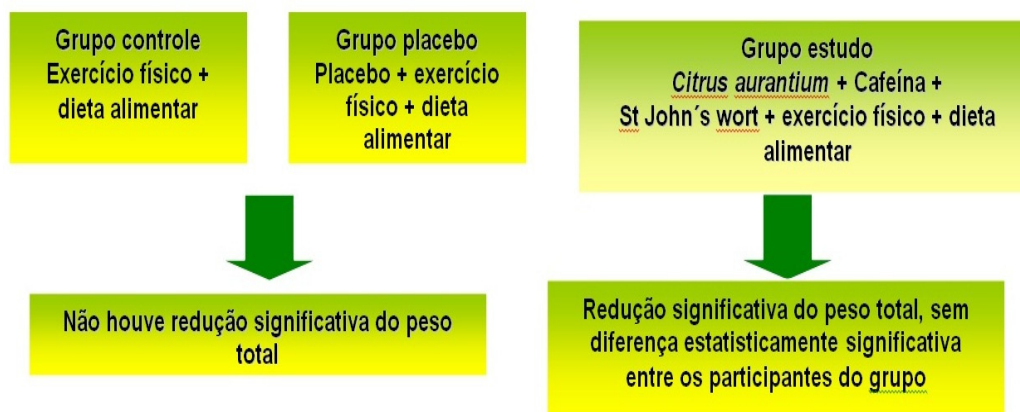
O **Extrato do Fruto *Citrus aurantium***, em ratos, produziu uma redução do consumo de alimento e do ganho de peso corporal e um índice significativo de mortalidade. Este efeito foi atribuído à atividade α -adrenérgica da sinefrina (Calapai et al., 1999). Esta substância também está correlacionada com uma ação redutora da pressão portal, possivelmente através de uma vasoconstrição arterial, detectada na infusão da Casca do Fruto (Huang et al., 1995).

***Citrus aurantium* como termogênico e redutor de peso: Substituto para a Efedra.**

(<http://www.mega21.com.br/artigo/611-Citrus-aurantium.htm>)

A teoria dos beta-agonistas, como a efedrina, explica que o efeito redutor de peso é devido à capacidade destes agentes em aumentar a termogênese e extinguir o apetite, contudo, possui a desvantagem de causar diversos efeitos adversos. *Citrus aurantium* tem substituído a efedra nas formulações redutoras de peso. Esta planta também contém beta-agonistas e tem sido reportado seu efeito na redução do peso, também, por aumentar a termogênese.

Colker et al (1999) reportou este efeito em um estudo randomizado, duplo cego, placebo-controlado. O efeito do *Citrus aurantium* foi comparado em relação ao grupo placebo e controle:



A redução de tecido adiposo foi significativamente importante no grupo estudo quando comparado ao grupo controle e placebo.

| | |
|---------------------------------|----------------------------|
| Revisão nº: 00 | Data: 07/10/2011 |
| Elaborado por: Tatiana Domingos | Conferido por: Laísa Costa |

Em outro estudo, 9 mulheres foram avaliadas antes e após receberem *Citrus aurantium* para redução do peso:

| | |
|--|--|
| 1º Semana – Alimentação sem administração de <i>Citrus aurantium</i> | 2º Semana – Alimentação com administração de <i>Citrus aurantium</i> |
| Média de 940g de perda de peso | 2,4Kg de perda de peso |

A redução de peso foi estatisticamente importante na segunda semana (quando foi administrado *Citrus aurantium*) em comparação à primeira semana.

Até o momento, *Citrus aurantium* pode ser considerado o melhor substituto da Efedra como agente termogênico.

Indicação

Citrus aurantium é indicado como auxiliar em dietas de emagrecimento. Estimula a perda de peso e aumento massa muscular, é termogênico, supressor do apetite, ansiolítico e suplemento para atividade física.

Concentração Recomendada

Máximo de 1500mg ao dia divididos em até 5 tomadas. Tomar uma cápsula meia hora antes das refeições, para maximizar o efeito termogênico nas gorduras acumuladas. Em casos de insônia, tomar todas as cápsulas pela manhã, antes do café da manhã e do almoço.

NOTA: O *Citrus aurantium* é muito higroscópico usar 10% de Aerosil.

| | |
|---------------------------------|----------------------------|
| Revisão nº: 00 | Data: 07/10/2011 |
| Elaborado por: Tatiana Domingos | Conferido por: Laísa Costa |

Contraindicações

Tomar com orientação médica, mas é importante lembrar que não apresenta os efeitos colaterais perigosos causados por outros suplementos. É contra indicado para gestantes e lactantes.

Referencias Bibliográficas

Informações do fornecedor 9237.

Fitoterapia racional - 4ªed.

Penildon Silva - 6ªed.

<http://www.hipertrofia.org/forum/topic/51106-citrus-aurantium/>

<http://www.mega21.com.br/artigo/611-Citrus-aurantium.htm>



Via Farma Importadora

Rua Labatut, 403 - Ipiranga - S.P

(11) 2067-5724

| | |
|---------------------------------|----------------------------|
| Revisão nº: 00 | Data: 07/10/2011 |
| Elaborado por: Tatiana Domingos | Conferido por: Laísa Costa |