



INFORMATIVO TÉCNICO

CITRUS AURANTIUM

**ESTIMULA A PERDA DE PESO E
AUMENTO DE MASSA MUSCULAR**

É obtido dos frutos, casca e folhas da árvore de laranjeira-amarga. A maior parte do parênquima esponjoso branco é removida durante a preparação da droga vegetal. A casca é de um amargo aromático com um odor picante e sabor picante amargo. Tem como princípios ativos cinco aminas adrenérgicas; sinefrina, N-metiltiramina, hodermina, octopamina e tiramina. Na concentração de aproximadamente 9%.

Propriedades

Essas aminas conferem uma propriedade estimulante da perda de peso, pois ativam a lipólise e também aumento da performance física.

O **Citrus** tem uma ação específica em receptores β_3 adrenérgicos que são sítios específicos reguladores da perda de gordura. **Citrus** causa aumento da taxa metabólica que acelera a remoção de depósitos de gordura do corpo. Também aumenta a disponibilidade de gorduras para oxidação (respiração celular) sendo assim aumenta a quantidade de energia no organismo e aumenta a performance física.

Indicações

Citrus aurantium é indicado como auxiliar em dietas de emagrecimento pois:

- Estimula termogênese
- Reduz peso
- Propicia aumento de massa magra
- Melhora performance atlética
- Suprime apetite

Posologia

Máximo de 1600mg/dia divididos em até 5 tomadas. Tomar as cápsulas ½ hora antes das refeições.

Manipulação

O **Citrus** é muito higroscópico usar 10% de Aerosil para evitar umidade excessiva.

Contra Indicações

Contra indicado para gestantes, lactantes, hipertensos e diabéticos.

Alerta

A *Health Canada* alerta que os seguintes indivíduos podem particularmente estar sob risco de reações adversas relacionadas a produtos contendo a sinefrina:

- aqueles com problemas cardíacos, distúrbios do sistema nervoso central (SNC), diabetes mellitus, próstata aumentada, glaucoma, hipertensão, feocromocitoma, doença da tireóide ou fatores de risco conhecidos para doenças cardiovasculares,
- aqueles que utilizam produtos contendo cafeína, inibidores da monoaminoxidase, hormônios tireoidianos ou medicamentos para controle da pressão arterial ou frequência cardíaca,
- pessoas com sobrepeso.



INFORMATIVO TÉCNICO

Associações

Pode ser associado com Picolinato de cromo, Chitosan, Cassiolamina, Faseolamina Fase 2, Guaraná em pó, Caraluma fimbriata, Ayslim Manga Africana.

Referências Bibliográficas

- 1 - Fitoterapia Racional – 4ªed.
- 2 - Penildon Silva – 6ªed.
- 4 - <http://www.nutratechinc.com/advz/advz.php?p=4>
- 5 - http://portal.anvisa.gov.br/wps/wcm/connect/e2a7300047457bcd8891dc3fbc4c6735/boletim_OMS_03_07.pdf?MOD=AJPERES

Última atualização: 12/07/2012