

# 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%.

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

### Aplicações

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.

### 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  $\beta_3$  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.

**Farmacotécnica:** 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, desordens 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.

### **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.
3. <http://www.nutratechinc.com/advz/advz.php?p=4.>
4. [http://portal.anvisa.gov.br/wps/wcm/connect/e2a7300047457bcd8891dc3fbc4c6735/boletim\\_OMS\\_03\\_07.pdf?MOD=AJPERES](http://portal.anvisa.gov.br/wps/wcm/connect/e2a7300047457bcd8891dc3fbc4c6735/boletim_OMS_03_07.pdf?MOD=AJPERES).
5. fbc4c6735/boletim\_OMS\_03\_07.pdf?MOD=AJPERES.

Última atualização: 19/07/2017 BM.