



Informe Técnico

Garcinia cambogia 50% HCA

Recurso natural para perda de peso - reduz
vontade doce



Nome científico: *Garcinia cambogia*

Sinonímia: tamarindo de Malabar, gamboge tree ou hattan yellow (inglês), Vrksaamla, charaka ou kokam (Ayurvedica)

Família: Gutíferáceas (Clusiáceas), parente do mangostão (*Garcinia mangostana* L.)

Parte utilizada: casca

Constituintes: ácido hidroxicítrico, lactonas hidroxicítricas, antocianósidos, compostos fenólicos (biflavonóides, xantonas, benzofenonas), sais minerais (na casca) e pectinas predominantemente na polpa

Padronização: ácido hidroxicítrico (AHC) 50%

Histórico

Na Índia é utilizada há centenas de anos. É muito aplicada na Medicina Ayurvédica, é amplamente usada na culinária tradicional, especialmente na conservação de alimentos, além de entrar na composição do curry, uma mistura de especiarias (que varia conforme a região em que é produzida), indicada para condimentar pratos típicos. Na medicina popular, é usada para combater o escorbuto, como digestiva e estimulante da produção da bile.

Estas informações, dosagens e posologias foram cedidas por nossos fornecedores e / ou pesquisadas em literaturas técnicas específicas, devendo ser analisadas pelo médico antes de adotadas na Clínica.

GAMMA COMÉRCIO, IMPORTAÇÃO & EXPORTAÇÃO LTDA.

Avenida Santa Catarina, 66 - Aeroporto- 04635-000 - São Paulo - SP - Brasil



11 5031-6060/FAX 11 5031-4000 www.gamma.com.br



Informe Técnico

A partir dos relatos de pessoas que consumiam os frutos da **Garcínia** e observaram perdas substanciais de peso, muitos estudos botânicos e farmacêuticos começaram a ser realizados, principalmente a partir da década de 60.

O extrato da **Garcínia** começou a ser usado comercialmente como auxiliar na redução do peso e combate à obesidade por volta de 1991. Um dos primeiros estudos realizados nos EUA reuniu 50 pessoas que foram distribuídas em dois grupos. Os dois grupos receberam uma dieta controlada, sendo que o primeiro passou a usar também o extrato da **Garcínia**, enquanto o segundo recebeu placebo. Ao final de dois meses, o grupo que utilizou o extrato de **Garcínia** apresentou redução de 5,2 Kg, já o grupo que recebeu placebo apresentou redução de 1,6 kg.

O sucesso da **Garcínia** no tratamento da obesidade e em regimes de emagrecimento em vários países, especialmente nos Estados Unidos, segundo especialistas, ocorre não só por sua eficácia, mas também porque a planta atua por mecanismos exclusivamente metabólicos, sem interferir no SNC.

Estudos indicam que o componente presente na **Garcínia**, responsável pela redução da gorduras e pelas propriedades saciantes, é o ácido hidroxicitrato - AHC - (semelhante ao ácido encontrado no limão e na laranja), principal ácido encontrado na pele do fruto.

Indicações

- * Diurética, facilita a eliminação de líquido pela urina;
- * Rica em fibras, auxilia no funcionamento o intestino;
- * Inibe a ação da enzima liase, responsável pela formação da gordura pelo fígado;
- * Ajuda a absorver a gordura no sangue, melhorando os níveis de colesterol;
- * Inibe o apetite, pela redução do hormônio orexina,
- * Atua no centro da fome, diminuindo o apetite, sem agir no sistema nervoso central,
- * Acelera a queima de calorias (processo chamado de termogênese) e previne o acúmulo de gordura no sangue na forma de triglicérides,

Mecanismos de Ação

O AHC apresenta três mecanismos de ação:

- * Como agente bloqueador de gorduras - o excesso de carboidratos ingeridos são transformados e armazenados como gordura. Neste processo é necessária a participação de uma enzima chamada ATP-citrato liase. O AHC liga-se a esta enzima bloqueando-a e, por consequência, inibindo o armazenamento de gordura.

Estas informações, dosagens e posologias foram cedidas por nossos fornecedores e / ou pesquisadas em literaturas técnicas específicas, devendo ser analisadas pelo médico antes de adotadas na Clínica.

GAMMA COMÉRCIO, IMPORTAÇÃO & EXPORTAÇÃO LTDA.

Avenida Santa Catarina, 66 - Aeroporto- 04635-000 - São Paulo - SP - Brasil



11 5031-6060/FAX 11 5031-4000 www.gamma.com.br



Informe Técnico

* Direciona as calorias para outro destino. Ao bloquear a ATP-citrato liase, o AHC acaba por transferir as calorias para a formação do glicogênio (um tipo de açúcar armazenado nos músculos e no fígado). Com o fígado armazenando mais açúcar na forma de glicogênio, ocorre a inibição da vontade de comer doces.

* Como redutor do apetite - o AHC controla o apetite ao promover uma maior síntese de glicogênio, ou seja, quando as reservas de glicogênio estão altas, os receptores do açúcar no fígado são estimulados e enviam um sinal de saciedade ao cérebro (tudo isso sem estimular o sistema nervoso central). De outro lado, o AHC também tem a capacidade de estimular a liberação da serotonina, um neurotransmissor diretamente envolvido no controle do apetite.

Dosagem

1g 3x dia na primeira semana;

500mg 3x dia nas semanas subseqüentes.

Contra indicações

Crianças, gestantes e lactantes.

Referência:

Heymsfield SB, Allison DB, Vasseli Jr et al - *Garcinia cambogia* (hydroxycitric acid) as a potential antiobesity agent: a randomized controlles trial. JAMA 18:1956-1600,1998.

Estas informações, dosagens e posologias foram cedidas por nossos fornecedores e / ou pesquisadas em literaturas técnicas específicas, devendo ser analisadas pelo médico antes de adotadas na Clínica.

GAMMA COMÉRCIO, IMPORTAÇÃO & EXPORTAÇÃO LTDA.

Avenida Santa Catarina, 66 - Aeroporto- 04635-000 - São Paulo - SP - Brasil



11 5031-6060/FAX 11 5031-4000 www.gamma.com.br