



## INFORMATIVO TÉCNICO

# GARCÍNIA CAMBOJA

### FITOTERÁPICO

A Garcínia é uma fruta nativa do sul da Ásia. O extrato seco de Garcínia é obtido do pericarpo (casca) do fruto, sendo o ácido (-)-hidroxicítrico o principal constituinte químico, este ácido bloqueia a síntese de ácidos graxos, pois competem com a enzima Citrato Liase pelo substrato citrato impedindo a formação de Acetil CoA, que é a fonte de átomos de carbono na síntese de ácidos graxos.

A habilidade da Garcínia em controlar e reduzir o peso corporal deve-se à aceleração da queima de gordura pelo próprio corpo e pela sua capacidade de bloquear a síntese de gordura "nova". Além dos efeitos de inibição de ácidos graxos e do aumento da taxa de queima de gordura, a Garcínia possui um efeito regulador do apetite, esse efeito ocorre no fígado, via regulação do nível hepático de glicose, o ácido (-)-hidroxicítrico atua como um barômetro nos níveis de glicose no sangue. O que torna a Garcínia uma alternativa no combate à obesidade é o fato de inibir o apetite sem causar os danos comuns aos supressores do apetite que estimulam o SNC e que podem resultar em distúrbios psicológicos, cardiovasculares entre outros.

#### **Indicação**

Auxiliar em dietas de emagrecimento.

#### **Dose**

1g, 3 vezes ao dia na primeira semana, e 500mg 3 vezes ao dia nas semanas subsequentes.