

**GAMMA COMÉRCIO, IMPORTAÇÃO & EXPORTAÇÃO.**

## Griffonia simplicifolia

Aumenta a absorção de triptofano para elevar os níveis de serotonina no corpo e melhorar a disposição.

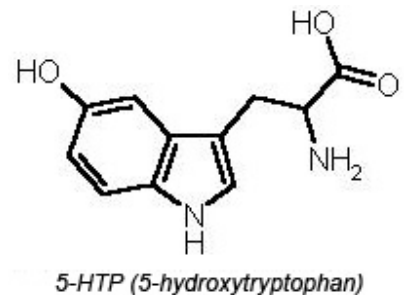


Figura 1: Sementes de Griffonia simplicifolia

**Nome científico:** Griffonia simplicifolia

**Família:** Fabaceae

**Parte utilizada:** semente

**Princípio ativo:** 5-htp (5- hidroxitriptofano)

O 5-HTP ou 5-Hidroxitriptofano é um aminoácido que ocorre naturalmente, precursor do neurotransmissor serotonina e intermediário no metabolismo do triptofano.

5-HTP é suplemento alimentar para uso como antidepressivo, supressor de apetite e auxiliar no sono.

### Finalidade terapêutica:

Auxiliar no tratamento de alterações do sono, ansiedade e depressão endógena.

### Mecanismo de ação:

O 5HTP sai da corrente sanguínea mais facilmente em direção ao cérebro, onde aumenta a síntese da serotonina no sistema nervoso central. Com a serotonina em alta, o humor melhora e a sensação de prazer também.

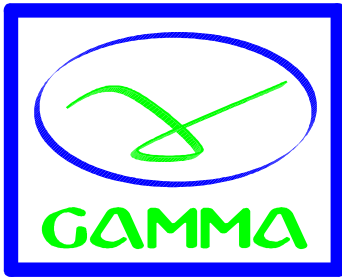
Estas informações, dosagens e posologias foram cedidas por nossos fornecedores e / ou pesquisadas em literaturas técnicas específicas, devendo ser analisadas pelo médico antes de adotadas na Clínica.

**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](http://www.gamma.com.br)



## **GAMMA COMÉRCIO, IMPORTAÇÃO & EXPORTAÇÃO.**

### **Dosagem:**

50 mg , dosagem máxima 750mg / dia.

Sugestão de excipientes: celulose microcristalina e estearato de magnésio.

### **Estudos científicos:**

5-Hidroxi triptofano (5-HTP) e maior aderência à dieta

Trabalho duplo cego e controlado com placebo 25 diabéticos tipo II obesos

5- HTP: 750 mg ao dia durante 2 semanas

Resultado:

Redução significativa da vontade de ingerir carboidrato e gordura juntamente com diminuição do peso

Possível explicação: o 5-HTP aumenta a síntese de serotonina cerebral

Int J Obesity 22: 648, 1998

### **Referências:**

1. Agren H, Reibring, L, Hartvig P, et al. Low brain uptake of L-(IIC) 5-hydroxytryptophan in major depression : Am positron emission tomography study on patients and healthy volunteers. Acta Psychiatr Scand. 1991; 83; 449-455.
2. Kahn RS, Westenberg HGM. L-5-Hydroxytryptophan in the treatment of anxiety disorders. J Affect Disord. 1985; 8:197-200.
3. Cangiano C, Ceci F, Cascino A, et al. Eating behavior and adherence to dietary prescriptions in obese subjects treated with 5-hydroxytryptophan. Am J Clin Nutr. 1992; 56:863-868.

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](http://www.gamma.com.br)