

CASSIOLAMINA

Cassiolumina – Controle sobre a absorção de gordura

O teor de gordura do organismo pode chegar a 50% nas pessoas obesas e, até mesmo na inanição, constitui 10% do peso corporal. Esse Material gordo é Fabricado pelo organismo a partir dos carboidratos, óleos e gorduras ingeridos na alimentação.

A perda de peso acontece quando o indivíduo queima mais calorias do que ingere. Portanto, comer direto, ingerir baixas calorias e exercitar-se constantemente são pontos fundamentais para o sucesso no programa de emagrecimento. É importante focar na perda de gordura em oposição à simples perda de peso, visto que ninguém se interessa pela perda de tecido muscular.

Acredita-se que inibidores de lípase sejam fortes candidatos para prevenir e tratar a obesidade e/ou outras doenças que acometem adultos. A enzima pancreática contém principalmente amilase, protease e lípase.

Hatano et al rastreou vários extratos de plantas que possuem atividade inibitória da lípase e encontrou efeito potente no extrato de Cássia nomame (=Cássia mimosoides var. nomame, Leguminosae). Os componentes ativos da Cássia nomame foram isolados e testados, dentre os quais a luteolina, diversos polifenóis e taninos foram encontrados.

Miller et al descobriram que programas de exercícios físicos sozinhos são menos efetivos na produção de mudanças composicionais. Neste estudo, a perda de peso em obesos após intervenção alimentar, exercícios e dieta mais exercício físico foi de 10,7Kg, 2,9Kg e 11,0Kg, respectivamente. Com Base nos resultados o programa com dieta mais exercício tendeu a ser superior. A descoberta de que os programas de exercício físico não produzem grandes alterações na composição do corpo quanto os programas alimentares e com dieta mais exercícios foi o bastante consistente.

Posologia

Recomenda-se ingerir 200 a 600mg de cassiolamina 3 vezes ao dia com água imediatamente antes das refeições. Esta posologia foi baseada numa dieta diária correspondente a 2000 calorias. O valor das dosagens varia dependente da idade.

Associações

Cassiolumina pode ser associada com Chitosan, extratos de Curcuma longa, Green tea, Guaraná, Panax Ginseng, Licorice, Fosfatidilcolina, Vitamina A, E e D, Bioflavonóides, Riboflavina, Yoimbina, 5-Htp, Cafeína, Citrus Aurantium, Picolinato de Cromo, L Carnitina.



Outros ingredientes são o dióxido de titânio, amido, estearato de magnésio, gelatina, celulose, celulose microcristalina, CMC sódica, goma laca, sílica, magnésio, maltodextrina, aerosil.

Esse produto não estimula o SNC.

Precauções

Mulheres grávidas, lactantes, pacientes sob medicação, diabéticos, pessoas com problema cardíaco, dores de cabeça, problemas de tiróides, pressão alta, depressão, próstata aumentada, glaucoma ou com condições psiquiátricas devem consultar o médico antes de tomar esse fitoterápico. Ele pode bloquear a absorção de outros compostos lipossolúveis na alimentação, como Vitamina A, D, E e K, e medicamentos em geral.

Por isso, pacientes fazendo uso desse fitoterápico emagrecedor devem tomar suplementos vitamínicos 2 a 3 horas antes ou depois de ingeri-la. Pacientes em fase de tratamento medicamentoso devem evitar o uso de Cassiolamina. Fica subentendido que a Cassiolamina não deve ser usada por períodos muito longos ou seu uso deve ser intercalado com intervalos de suspensão de uso.

Efeitos Adversos

Devido ao seu mecanismo de ação, cassiolamina pode causar diarreia ou fezes oleosas.

Sugestões de formulações

Cassiolamina	200mg
Citrus aurant. 6mg de sinefrina	
Picolinato de cromo	50mcg
Excipiente qsp	1 cápsula
* Tomar 2 cps 2x/dia	

Cassiolamina	200mg
Yoimbina	200mg
L-Carnitina	100mg
Panax ginseng	500mg
Picolinato cromo	200mcg
Excipiente qsp	2 cáps.
* Tomar 2 cps às refeições.	

Cassiolamina	200mg
<i>Chitosan</i>	<i>1000mg</i>
Excipiente qsp	3 cápsulas
* Tomar 3cps antes das refeições	

Referências Bibliográficas

1. WOLINSKY, I. and HICKSON , J. F. Jr. Nutrição no Exercício e no Esporte, 2º edição, São Paulo: Editora Roca Ltda, 2002.
2. HATANO, T. et al. Flavan Dimers With Lipase Inhibitory Activity From Cassia nomame
3. Rey, . Dicionario de Termos Técnicos de Medicina e Saúde,
4. Pirozzo S., Summerbell C., Cameron C., Glasziou P. Advice on low-fat diets for obesity (Cochrane Review). In: The Cochrane Library, Issue 2, 2002.oxford: Update software.
5. Miller W. C., Koceja D. M., Hamilton E. J. A meta-analysis of the past 25 years of weight loss research using diet, exercise or diet plus exercise intervention. International Journal of Obesity 1997, 21, 941-947
6. www.health-pages.com
7. www.brothersnutrition.com/fatx.asp
8. www.herbal-xtc.com/caps/caps1-en.htm
9. www.nutraceutical.com/search/view_product.cfm?product_index=3210
- 10.shop.store.yahoo.com/wholesale-supplement/st-012.htm
- 11.shop.store.yahoo.com/vitanet/ripandcutcap.html
- 12.www.galaxymall.com/site/348645/product/6001