
CITRIMAX

Il **CitriMax** è un estratto naturale di una pianta ricca in acido idrossicitrico (HCA). Il Citrimax proviene da un raro frutto tropicale che cresce nella giungla asiatica: la *Garcinia cambogia*. Benché sia una scoperta recente nel mondo occidentale, essa è stata raccolta e usata per secoli dai popoli dell'Asia meridionale per aumentare l'effetto di sazietà prodotto dagli alimenti.

Quando il cibo viene ingerito, i carboidrati, attraverso il processo digestivo, vengono scomposti e si trasformano in glucosio, lo speciale zucchero contenuto nel sangue che il corpo utilizza come fonte di energia. Le molecole di glucosio, che non vengono immediatamente usate per produrre energia, sono immagazzinate nel fegato e nei muscoli sotto forma di glicogeno. Quando i depositi di glicogeno si saturano, le molecole di glucosio in eccesso vengono convertite in grasso e colesterolo da un enzima chiamato *citrato liasi*^(*). Il Citrimax agisce fornendo HCA, che temporaneamente inibisce questo enzima.

Studi su cavie hanno mostrato che l'HCA può ridurre la sintesi degli acidi grassi da 40 al 70% durante le 8-12 ore successive al pasto (Lowenstein, J.M. *Effect of hydroxycitrate on fatty acid synthesis by rat liver in vivo*, J. Biol. Chem., 245: 629-632, 1971).

È stato anche accertato che l'HCA inibisce la lipogenesi contribuendo a ridurre i

livelli di colesterolo e trigliceridi (Sullivan, A. C., J. Triscari, J. G. Hamilton, O. N. Miller and V. R. Wheatley. *Effect of hydroxycitrate upon the accumulation of lipid in the rat*, Lipids 9: 121-128, 1974).

Uno studio ha dimostrato che le persone che assumono HCA per un periodo di almeno due mesi perdono una media di circa 5 kg di peso corporeo, hanno minor desiderio di dolci, appetito ridotto e un incremento di energia. La ricerca suggerisce che l'HCA può accrescere la capacità dell'organismo di immagazzinare glicogeno, amplificando al contempo il segnale di sazietà che giunge al cervello. Ciò riduce l'appetito e, conseguentemente, le quantità di cibo ingerito (Sullivan, A. C., J. Triscari *Novel pharmacological approaches to the treatment of obesity*, RC628: 148, 1977).

Citrimax non è uno stimolante. La maggior parte delle sostanze usate per sopprimere l'appetito agiscono stimolando il sistema nervoso centrale, spesso creando effetti collaterali come: insonnia, nervosismo, depressione, ipertensione e accelerazione del battito cardiaco. L'organismo anche tende sviluppare assuefazione agli stimolanti, rendendoli col tempo inefficaci.

Citrimax non provoca assuefazione e non produce effetti collaterali. Gli studi sulla tossicità mostrano infatti che Citrimax è innocuo alla pari dell'acido citrico contenuto negli agrumi.

(*) **Citrato liasi** (ingl. *citrate lyase*)

Enzima citosolico che catalizza una reazione ATP-dipendente consistente nella rottura non idrolitica della molecola dell'acido citrico proveniente dai mitocondri attraverso il sistema di trasporto del citrato, con liberazione di acido ossalacetico e acetil-CoA. Insieme alla reazione catalizzata dalla citrato sintasi, permette il trasporto di unità di acetil-CoA dai mitocondri al citosol.