



**MAIS 2KG DE
MASSA MAGRA
E MENOS 2KG
DE GORDURA**



**AUMENTO DE 2 KG
DE MASSA MAGRA**



DOPING FREE



**AUMENTO DE
40% NA FORÇA**



**RESULTADOS A
PARTIR DE 14 DIAS**



**FAVORECE O
BULKING**



**100%
NATURAL**

Cindura® é uma combinação dos extratos de *Garcinia mangostana* e *Cinnamomum tamala*, padronizados em *alfa-mangostin* e rutina. Um produto natural, patenteado, que atua no ganho de massa muscular, na força e na resistência. A ação sinérgica dos ativos é comprovada através de testes *in vitro*, *in vivo* e em humanos.

PRINCIPAIS INDICAÇÕES

- Praticantes de exercícios físicos de força;
- Indivíduos na fase de *bulking*;
- Estimula a hipertrofia muscular;
- Atletas profissionais;
- Terapia pós ciclo.

MECANISMO DE AÇÃO

As ações do **Cindura®** estão relacionadas ao metabolismo muscular com estímulo da hipertrofia e melhora da resistência. **Cindura®** atua na:

- **Hipertrofia e aumento de força muscular:** estimula a síntese proteica e a diferenciação das células satélites, através da ativação da via de sinalização celular da mTOR;
- **Atenuação do catabolismo muscular:** inibe a atividade do proteassoma 20S;
- **Aumento de testosterona livre:** inibição de aromatase e aumento da produção de testosterona nas células Leydig;
- **Vasodilatação:** ativação do óxido nítrico sintase endotelial.

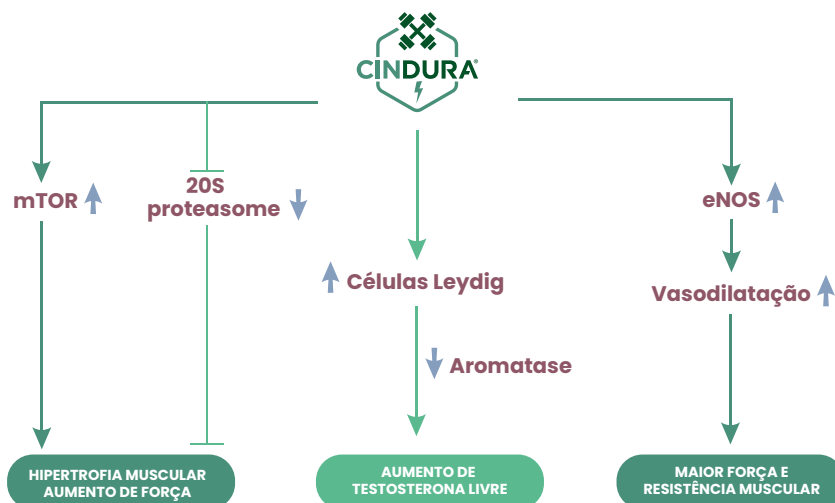


Figura 1. Mecanismo de ação

COMPROVAÇÃO DE EFICÁCIA

Estudo Clínico

Randomizado, foi realizado para avaliar os efeitos da suplementação de **Cindura®** em exercício de força.

Foram administrados 800mg de **Cindura®** ou placebo, antes do café da manhã. As análises foram realizadas no período basal e nos dias 14, 28 e 42 dias. O grupo **Cindura®** apresentou um aumento de 46% (23 kg) na força muscular versus 7% (3,5 kg) no grupo placebo no teste de força máxima no supino. Para o *leg-press*, o aumento foi de 39% (28 kg) na força muscular versus 7% (5kg) no grupo placebo. Para o teste de resistência muscular o grupo **Cindura®** apresentou um aumento de 3 vezes no número de repetições ao final do estudo. Houve um aumento na circunferência do braço esquerdo de $0,68 \pm 0,42$ cm no grupo placebo e $1,09 \pm 0,36$ cm no grupo **Cindura®**. Para a circunferência do braço direito o aumento foi de $1,11 \pm 0,42$ no grupo placebo e $1,50 \pm 0,44$ no grupo **Cindura®**. A massa magra foi aumentada em $0,52 \pm 2,58$ kg no grupo placebo e $2,29 \pm 2,09$ kg no grupo **Cindura®**. Ao final do estudo, constatou-se que a gordura corporal total estava diminuída em 2,79% (0,5 kg) e 15,15% (2,5 kg) nos grupos placebo e **Cindura®**, respectivamente (Figura 2).

POSOLOGIA

800mg/dia. Dias de treino: 1 dose 1 hora antes do treino.

Dias de descanso: 1 dose em jejum ou junto com o café da manhã.

SUGESTÕES DE FÓRMULAS

PRÉ TREINO

Cindura® _____ 800mg
 Enxtra® _____ 300mg

Posologia:

Dia de treino: 1 dose 1 hora antes do treino.

Dia de descanso: 1 dose em jejum com o café da manhã.

HIPERTROFIA MUSCULAR

Cindura® _____ 800mg
 Excipiente qsp _____ cápsula

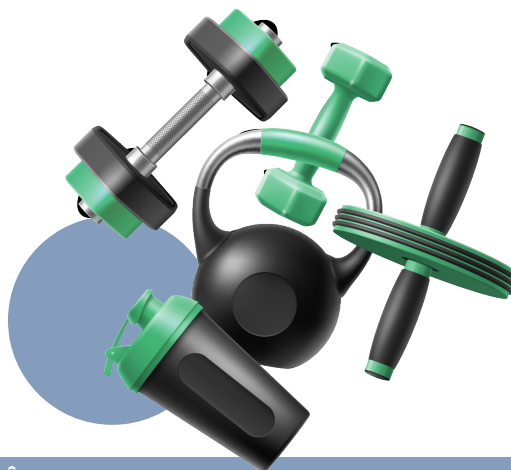
Posologia:

Dia de treino: 1 dose 1 hora antes do treino.

Dia de descanso: 1 dose em jejum com o café da manhã.



Figura 2. Resultados após 42 dias.



POTÊNCIA E FORÇA

Cindura® _____ 800mg
 L-Ornitina alfaacetogluturato _____ 100mg
 L-Leucina _____ 100mg
 Excipiente qsp _____ cápsula

Posologia:

Dia de treino: 1 dose 1 hora antes do treino.

Dia de descanso: 1 dose em jejum com o café da manhã.

Referências Bibliográficas

Dossiê Técnico do Fabricante.

Manikyeswara Rao Konda, Krishnaraju Venkata Alluri, Prason Kumar Janardhanan, Golakoti Trimurtulu and Krishanu Sengupta. Combined extracts of Garcinia mangostana fruit rind and Cinnamomum tamala leaf supplementation enhances muscle strength and endurance in resistance trained males. Journal of the International Society of Sports Nutrition 2018.