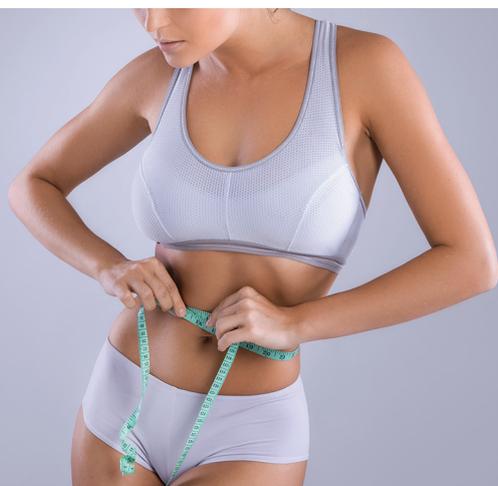


BHB

Beta Hidroxibutirato

IrialMag



Modo de uso

Interno | Cápsulas

Dose Usual

3 a 6g ao dia

Mecanismo de ação

Beta Hidroxibutirato (BHB) exógeno age como uma molécula de beta-hidroxibutirato endógena. Quando administrado é liberado do fígado para a circulação e transportado para o citosol e mitocôndrias dos tecidos extra-hepáticos, através dos transportadores de monocarboxilato (MCTs). Uma vez dentro da matriz mitocondrial, **BHB** é metabolizado a Acetil-CoA e participa do ciclo do Ácido Cítrico (TCA) para a formação de ATP.

Portanto, ao ser incorporado na suplementação, **BHB** vai proporcionar mais energia e também vai regular a mobilização de substratos energéticos para os tecidos.



Benefícios

- Substrato metabólico para a produção de energia no organismo
- Acelera dietas com restrição de carboidratos por auxiliar na indução e manutenção do estado de cetose
- Contribui para a redução de gordura
- Promove seus efeitos mesmo em uma dieta com ingestão moderada de carboidratos
- Favorece a saciedade
- Energia rápida para performance esportiva
- Ajuda na melhora cognitiva

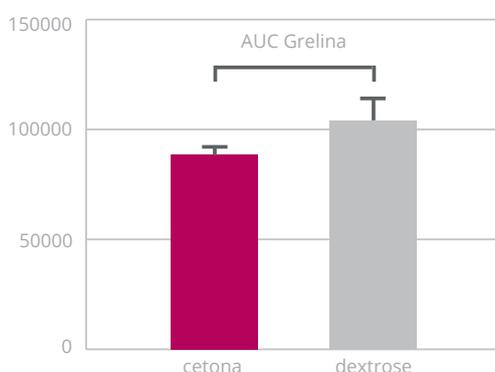


BHB auxilia na preservação das reservas de glicose, na diminuição da degradação de proteínas e auxilia na utilização de ácidos graxos livres como fonte preferencial para a oxidação e produção de energia nos tecidos.

Sendo uma substância cetônica, também favorece outros mecanismos, como a promoção da saciedade por ação no hipotálamo, melhora das funções cognitivas e neuroprotetoras pela ação antioxidante no cérebro e aumento da performance física por promover uma energia mais duradoura através da oxidação de triglicerídeos intramusculares.

Estudos comprovam

Estudo mostra que os efeitos da cetona exógena (BHB) ou dextrose no apetite de voluntários saudáveis com peso normal e idades entre 21 e 42 anos. Amostras sanguíneas foram analisadas durante 4 horas após a administração e foi determinada então, a área sob a curva da concentração de **grelina, "o hormônio da fome"**.



Resultados

A suplementação com BHB exógeno apresentou significativa redução da liberação de grelina após a administração, quando comparado com a dextrose. Isso mostra sua efetividade na **redução do apetite e consequente sensação de saciedade**.

Estudos também comprovam

A suplementação com BHB exógeno apresenta redução em 16% da gordura visceral dos animais testados e redução do volume dos adipócitos em 30%, após as quatro semanas de estudo. Tais evidências podem mostrar que a suplementação com BHB **promove benefícios no gerenciamento de peso**.

A suplementação com BHB aumenta a distância percorrida por cada atleta, **melhorando a performance dos atletas em exercícios de alta intensidade**.

Sugestão de fórmulas

Pré-treino

BHB	3g
Adenosina 5 Trifosfato Dissódico	400mg
Excipiente	qsp...1 dose
Uso: administrar 1 dose antes do treino, ou conforme orientação do prescritor.	

Ação lipolítica e termogênica

BHB	3g
DIPPIA	300mg
Excipiente	qsp...1 dose
Uso: administrar 1 dose ao dia, ou conforme orientação do prescritor.	

Para consultar nossas referências bibliográficas, vide literatura técnica

+55 11 4671-9200 | 0800 940 3210
contato@irialmag.com.br
www.irialmag.com.br

f @irialmag
@irialmag

IrialMag