**Uso:** Interno

**Fator de Correção:** Não se aplica

**Fator de Equivalência:** Não se aplica

**CAS:** Não se aplica

**FM:** Não se aplica

**PM:** Não se aplica

**DCB:** 10276

# *CROCUS SATIVUS* EXT SECO 0,3%

**MANEJO DE PESO E MELHORA DE HUMOR**

O extrato de *Crocus sativus* L. é um pó granulado fino, bege a laranja-amarelado obtido do estigma das flores. Na concentração de 10%, (20°C) é solúvel em água e seu teor avaliado em termos de safranal. Também contém os fitoquímicos crocina e picrococina.

Tem sido usada por muitos anos devido aos seus benefícios medicinais, aromáticos e capacidade de coloração. Usada como condimento nos alimentos e considerada a pimenta mais cara do mundo, sendo conhecida como "Red Gold" (ouro vermelho).

O extrato de C. *sativus* apresenta potencial terapêutico bem documentado no tratamento do câncer, diabetes, aterosclerose e depressão.

Suas ações baseiam-se principalmente nas propriedades antioxidante e anti-inflamatória dos constituintes carotenoides, que podem proteger o DNA e RNA de reações químicas prejudiciais.

**Estudos clínicos:**

- Um estudo clínico randomizado em mulheres pós-menopausadas com fogachos, que receberam extrato de *Crocus sativus* 30mg/dia ou placebo, mostrou que o tratamento foi seguro e efetivo na melhora do fogacho e dos sintomas depressivos nestas mulheres. Portanto, pode ser considerado uma opção não hormonal e alternativa herbal de tratamento para mulheres com fogachos.

*Arch Gynecol Obstet. 2018 Mar;297(3):717-724.*

- Estudo duplo-cego e randomizado recente teve o objetivo de comparar os efeitos de extrato de *Crocus sativus* e sertralina, um fármaco inibidor seletivo de recaptação de serotonina, em idosos diagnosticados com Transtorno depressivo maior. Resultados: a sertralina 100mg/dia ou o extrato de C. *sativus* 60mg/dia foram capazes de diminuir os sintomas de depressão ao longo de 6 semanas. Ambos os tratamentos foram equivalentes e não apresentaram diferença significativa na taxa de resposta e remissão. Em relação aos eventos adversos, os participantes do grupo sertralina relataram mais eventos adversos, com duas desistências.

*Psychiatry Res. 2019 Dec;282:112613.*

- Mulheres saudáveis e moderadamente obesas participaram do estudo controlado por placebo, duplo-cego e randomizado que avaliou a eficácia da suplementação com *Crocus sativus* 88,25 mg, 2 vezes ao dia, sobre as mudanças de peso corporal durante um período de 8 semanas. Os resultados mostraram que o extrato promoveu redução significativamente maior do peso corporal comparado ao placebo. Além disso, a frequência média das refeições também foi significativamente reduzida no grupo *Crocus sativus*.

*Nutrition Research Journal, v.30, p.305–313, 2010.*

**Indicações:**

- Gerenciamento de peso: redução de fome e compulsão por alimentos
- Tratamento, coadjuvante na depressão
- Melhora de humor

**Dose recomendada:**
Os estudos recomendam de 30 a 88,25mg 2 vezes ao dia.

**Contraindicações e precauções:**
Não encontradas na literatura pesquisada.

**Referências Bibliográficas**


1. Kashani L, et al. Efficacy of Crocus sativus (saffron) in treatment of major depressive disorder associated with post-menopausal hot flashes: a double-blind, randomized, placebo-controlled trial. Arch Gynecol Obstet. 2018 Mar;297(3):717-724.
2. Ahmadpanah M, et al. S. Crocus Sativus L. (saffron) versus sertraline on symptoms of depression among older people with major depressive disorders-a double-blind, randomized intervention study. Psychiatry Res. 2019 Dec;282:112613.
3. Gouta B., Bourgesb C., Paineau-Dubreuilb S. Satiereal, a Crocus sativus L extract, reduces
4. snacking and increases satiety in randomized placebo-controlled study of mildly overweight, healthy women.
5. Leone S, Recinella L, Chiavaroli A, Orlando G, Ferrante C, Leporini L, Brunetti L, Menghini L. Phytotherapic use of the Crocus sativus L. (Saffron) and its potential applications: A brief overview. Phytother Res. 2018 Dec;32(12):2364-2375.