



ACÇÃO DOS PRINCÍPIOS ACTIVOS

CRÓMIO:

O crómio é considerado um oligoelemento essencial e desempenha um papel fundamental no metabolismo normal dos macronutrientes, especialmente dos hidratos de carbono. Uma ingestão adequada de crómio promove um metabolismo correto e eficiente.

O crómio actua como um fator de tolerância à glicose, facilitando a ação da insulina. A insulina é a hormona que é libertada em resposta ao consumo de hidratos de carbono e é responsável pela manutenção dos níveis de glicose no plasma. Quando o metabolismo da glicose é perturbado, podem surgir complicações como a diabetes, a obesidade, a hipoglicemia, as doenças cardiovasculares, o herpes, etc.

O crómio tem uma biodisponibilidade muito fraca. Por esta razão, o picolinato de crómio foi formulado para melhorar a absorção do crómio. O picolinato de crómio demonstrou ser uma das formas mais eficazes de crómio para melhorar a resistência à insulina. A carência de crómio mineral deve-se, entre outras razões, ao elevado consumo de alimentos refinados e de gorduras saturadas, bem como à depleção de crómio nos solos agrícolas. Além disso, o exercício físico intenso parece também esgotar as reservas de crómio no organismo.

Ao aumentar a atividade da insulina, a suplementação com crómio pode diminuir a gordura corporal e promover ganhos de massa magra. Apesar disso, verificou-se que a suplementação com picolinato de crómio previne o aumento de peso em pessoas com diabetes tipo II. Existe também um estudo em pessoas obesas e com excesso de peso, que demonstrou a eficácia da suplementação com crómio na redução do peso corporal.

GARCINIA CAMBOGIA:

Um arbusto nativo das florestas tropicais do sul da Índia, onde os seus frutos são utilizados como tempero de especiarias na alimentação. É também um dos componentes do famoso caril. É também utilizada popularmente para certos distúrbios intestinais.

O seu ingrediente ativo mais importante é o ácido hidroxicítrico, que demonstrou aumentar a utilização da gordura como fonte de energia e pode desempenhar um papel importante na redução da formação de tecido adiposo. Além disso, acredita-se que pode aumentar os níveis de serotonina (ainda em estudo), e como um redutor natural do apetite.

GLUCOMANANO:

O Glucomannan, também chamado de Konjac, é uma fibra altamente hidratável. Isto significa que é uma substância que, na presença de água, incha rapidamente e cresce, criando uma pasta viscosa que ocupa muito mais do que o seu volume original.

É a fibra hidrossolúvel comestível com maior capacidade conhecida de aumento de volume. Esta virtude de aumentar de tamanho, tomada antes das refeições com um grande copo de água, produz uma sensação de saciedade, o que facilita a redução do apetite.

Tal como outras fibras hidrossolúveis, esta fibra pode ser útil para o trânsito intestinal. De acordo com vários estudos, o glucomanano pode ajudar a reduzir a obstipação, promove o controlo glicémico e tem efeitos probióticos. No entanto, a qualidade mais proeminente em dietética é o seu efeito saciante.

Composição por 2 cápsulas:

Garcinia Cambogia 60% HCA 500mg

Glucomanano (Konjac) 85% proteína 200mg

Picolinato de crómio 100/100 NRV 0,32mg

