**Хром Пиколинат**.

**Хром** — один из важнейших биогенных микроэлементов, входящих в состав живых организмов. Он активно участвует в обмене жиров, белков и, особенно, углеводов.

Дефицит хрома способствует повышению риска развития сахарного диабета, нарушает поступление аминокислот в сердечную мышцу.

Обычно хром поступает с пищей (брокколи, говяжья печень, креветки). Но содержащийся в пищевых продуктах хром находится в виде неорганических солей, и его всасываемость из кишечника не превышает 1%. Поэтому важно восполнять его дефицит дополнительным приёмом органических соединений хрома. Например, **Хром Пиколинат**.

Основное действие

* Поддерживает нормальный уровень глюкозы в крови.
* Нормализует уровень инсулина.
* Регулирует аппетит, уменьшает тягу к сладкому и мучному.

Также есть данные, что **Хром Пиколинат** снижает риск развития тревожных состояний и депрессии, возникновения бессонницы.

Так, исследования, проведенные в 2003 и 2005 гг. показали, что **Хром Пиколинат** способствует снижению аппетита у больных с атипичной депрессией и уменьшает потребность в жирной и углеводной пище.

В СПОРТЕ помогает сформировать и поддержать рельефную мускулатуру.

Преимущества

Хром Пиколинат - органическое соединение, которое, в отличие от неорганических солей, обладает гораздо лучшей биодоступностью и эффективностью.

**Состав (1 капсула) содержит**:

|  |  |
| --- | --- |
| Хром | 200 мгк |

**Применение**:

взрослым принимать по 1 капсуле в день во время еды. Если иное не назначено врачом.