

# Picolinato de Cromo

**CAS**: 14639-25-9 **DCB**: 09882

Formula Molecular: Cr(C6H4NO2)3

Peso Molecular: 418.33

Uso: Oral

O cromo é um mineral essencial e está presente em alimentos como: carnes, cereais integrais, oleaginosas e leguminosas. No Brasil este mineral é utilizado como suplemento alimentar no meio esportivo e também para auxiliar em processos de redução de peso, com a proposta de promover maior ganho de massa muscular e maior perda de gordura corporal.

O mecanismo de ação do cromo está relacionado ao aumento da sensibilidade à insulina, "por meio da ligação de quatro átomos de cromo a uma proteína intracelular específica denominada apocromodulina, que, por sua vez, liga-se ao receptor de insulina de células de tecidos periféricos concomitantemente à insulina, porém em outro sítio localizado no domínio intracelular". 3

O Picolinato de Cromo é também bastante utilizado por inibir o apetite por doces, sendo um grande aliado nos processos de perda de peso, por reduzir a vontade de ingerir carboidratos, muitas vezes descontroladas, ajudando a manter normais os níveis de glicose no sangue.

## Indicações:

- Deficiência de cromo:
- Coadjuvante no tratamento do diabetes melito;
- Auxilia no metabolismo de proteínas, carboidratos e gorduras;
- Auxilia na perda de peso;
- Auxilia no gerenciamento da compulsão alimentar.

### Dosagem:

• Oral: 50 a 1000 mcg ao dia.

Fator de correção: Sempre aplicar em relação ao cromo elementar.

**Advertências:** O uso do picolinato de cromo, assim como o uso de outros suplementos alimentares deve ser realizado com acompanhamento de um profissional de saúde habilitado.

## Sugestões de Fórmulas:

#### Gerenciamento da compulsão alimentar

Componentes	Quantidades	
Picolinato de Cromo	1000 mcg	
Carbotil Ag qsp	1 cápsula	
Posologia: Ingerir 1 cápsula ao dia, preferencialmente próximo ao almoço.		



São Paulo (11) 2067.5600 Brasil 0800 0258 825



www.purifarma.com.br



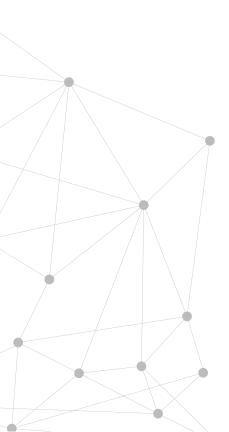
grupopurifarma



Purifarma



purifarma.com.br/Blog





## Sugestões de Fórmulas:

Suplemento nutricional de cromo e Biotina

Componentes	Quantidades
Picolinato de Cromo	600 mcg
Vit. H Biotina	2 mg
Carbotil Ag qsp	1 cápsula
Posologia: : 1 cápsula ao dia, pela manhã.	

Posologia: : i capsula ao dia, pela manna.

Auxiliar no controle de ansiedade em tratamento de perda de peso

Componentes	Quantidades
5 Hidroxi L-Triptofano	30 mg
Picolonato de Cromo	150 mcg
Base para gomas qsp	1 unidade

Posologia: : Ingerir 1 goma 2 vezes ao dia às refeições.

Suplemento Vitamínico e Mineral para uso após cirurgias Bariátricas

Diemento vitaminico e mineral para uso apos cirulgias bariatricas		
Componentes	Quantidades	
Inositol	100 mg	
Cálcio	120 mg	
Picolinato de Cromo	50 mcg	
Bisglicinato Ferroso 20%	4 mg	
Magnésio	100 mg	
Potássio	30 mg	
Selênio	10 mcg	
Zinco	10 mg	
Carbotil Ag qsp	1 cápsula	

Posologia: Tomar 1 cápsula, 1 a 2 vezes ao dia, às refeições

NOTA: Todas as sugestões de fórmulas devem ser testadas e o desenvolvimento da farmacotécnica mais adequada ao processo da farmácia deve ser validada pelo farmacêutico (a) responsável pela manipulação.

### Referências:

- 1. BATISTUZZO, J.A; ITAYA, M; ETO, Y. Formulário Médico-Farmacêutico. São Paulo/ SP: Atheneu, 6ª Ed. 2021
- 2. IN 28/2018. ANVISA. Disponível em: <a href="https://app.powerbi.com/view?r=eyJrljoiM2M3NjkzYmMtODY0ZS00YzYzLTlhNGltM2M2NGNjZjk2YjlhliwidCl6lml2N2FmMjNmLWMzZjMtNGQzNS04MGM3LWI3MDg1ZjVIZGQ4MSJ9">https://app.powerbi.com/view?r=eyJrljoiM2M3NjkzYmMtODY0ZS00YzYzLTlhNGltM2M2NGNjZjk2YjlhliwidCl6lml2N2FmMjNmLWMzZjMtNGQzNS04MGM3LWI3MDg1ZjVIZGQ4MSJ9</a> Acesso em: 13/04/2022.
- 3. GOMES, Mariana Rezende; ROGERO, Marcelo Macedo; TIRAPEGUI, Julio. Considerações sobre cromo, insulina e exercício físico. Revista brasileira de medicina do esporte, v. 11, p. 262-266, 2005.



São Paulo (11) 2067.5600 Brasil 0800 0258 825



www.purifarma.com.br



grupopurifarma



Purifarma



purifarma.com.br/Blog

