



Purifarma

Picolinato de Cromo

CAS: 14639-25-9

DCB: 09882

Formula Molecular: Cr(C₆H₄NO₂)₃

Peso Molecular: 418,33

Uso: Oral



São Paulo (11) 2067.5600
Brasil 0800 0258 825



www.purifarma.com.br



[grupopurifarma](#)



[Purifarma](#)



purifarma.com.br/Blog

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.	



Purifarma



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.

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

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:

- BATISTUZZO, J.A; ITAYA, M; ETO, Y. Formulário Médico-Farmacêutico. São Paulo/ SP: Atheneu, 6ª Ed. 2021
- IN 28/2018. ANVISA. Disponível em: <<https://app.powerbi.com/view?r=eyJrIjoim2M3NjkzYmMtODY0ZS00YzYzLTlhNCItM2M2NGNjZjk2YjhlhliwidCl6Iml2N2FmMjNmLWZjZjMtNGQzNS04MGM3LWI3MDg1ZjVlZGQ4MSJ9>> Acesso em: 13/04/2022.
- GOMES, Mariana Rezende; ROGERO, Marcelo Macedo; TIRAPGUI, Julio. Considerações sobre cromo, insulina e exercício físico. Revista brasileira de medicina do esporte, v. 11, p. 262-266, 2005.