

Проблемы добавок

Не так давно [я выпустил видос](#) о том, почему большинство добавок на рынке не соответствуют стандартам качества и дал пару советов о том, что с этим делать.

Но сегодня я поделюсь с вами ТАКИМИ данными о баночках в современных магазинах, *которые даже в страшном сне не казались мне возможными.*

ИТАК.

Начнем с лайтового. Для разогрева.

Слышали про разные травяные сборы для улучшения мужского либидо? Так вот, [согласно](#) двум [обзорам](#) научной литературы, 37 из 50 таких добавок содержат необъявленное активное вещество "Виагры" - Силденафил.

Это, разумеется ОЧЕНЬ опасно. Силденафил - мощное вещество, которое [взаимодействует с кучей лекарств](#) и может вредить широкому спектру людей. Сложно представить, как производители позволяют себе НАСТОЛЬКО безответственное поведение.

Но ладно, поиграться с виагрой - это ещё куда ни шло. Но как на счет **СТЕРОИДОВ В ПРОТЕИНЕ?**

В [исследовании 2021 года](#) обнаружилось, что КАЖДАЯ ТРЕТЬЯ банка протеина в Иране содержит **анаболические стероиды**. Вы не ослышались, настоящие гормоны, которые могут купить даже дети.

Да, ворчание мамы про "эти ваши пратеины с анаболиками" оказались правдой...

И здесь начинается настоящий, сильный вред, который может испортить жизнь очень надолго, особенно если не понять быстро, с чем имеешь дело.

Судя по всему, продавцы порошка, добавляют тестостерон в белок, чтобы подсадить клиентов на свой "продукт". Разумеется, в долгую это может просто уничтожить эндокринную систему.

Думаете, такое случается только в Иране?

Кхм.

Работа 2019 года из США.

Из 272 проверенных товаров, только 132 соответствовали описанию. В категории спортивных добавок 13 из 26 содержали анаболические стероиды, а в некоторых из них был обнаружен ТАМОКСИФЕН (!)

И, судя по всему, это давняя проблема. Часты случаи отказа печени из-за стандартных травяных добавок, в которых по какой-то причине **обнаруживаются** гепатотоксины и буквальный метан. (Да, тот самый метан, который кушают залитые типы в твоей качалке)

Ещё один пример - это не объявленный кофеин. Его **часто щедро подсыпают** в добавки без причины. **Например**, в таблетки для похудения..

Чем это опасно? Ну, например, **смертью**.

Если ты думал, что в добавке содержится лишь невинный женьшень, то можно закинуть хоть десяток капсул. **А вот передоз кофеином - это дело серьезное.**

В общем, я могу ещё много всякого страшного рассказать, но, надеюсь, у меня получилось в очередной раз подчеркнуть, почему сертификация - это важно.

Спасибо, что вы здесь.

Автор заметки: Глеб

Revision #3

Created 15 June 2023 09:11:25 by Тимур

Updated 14 February 2024 11:28:39 by Тимур