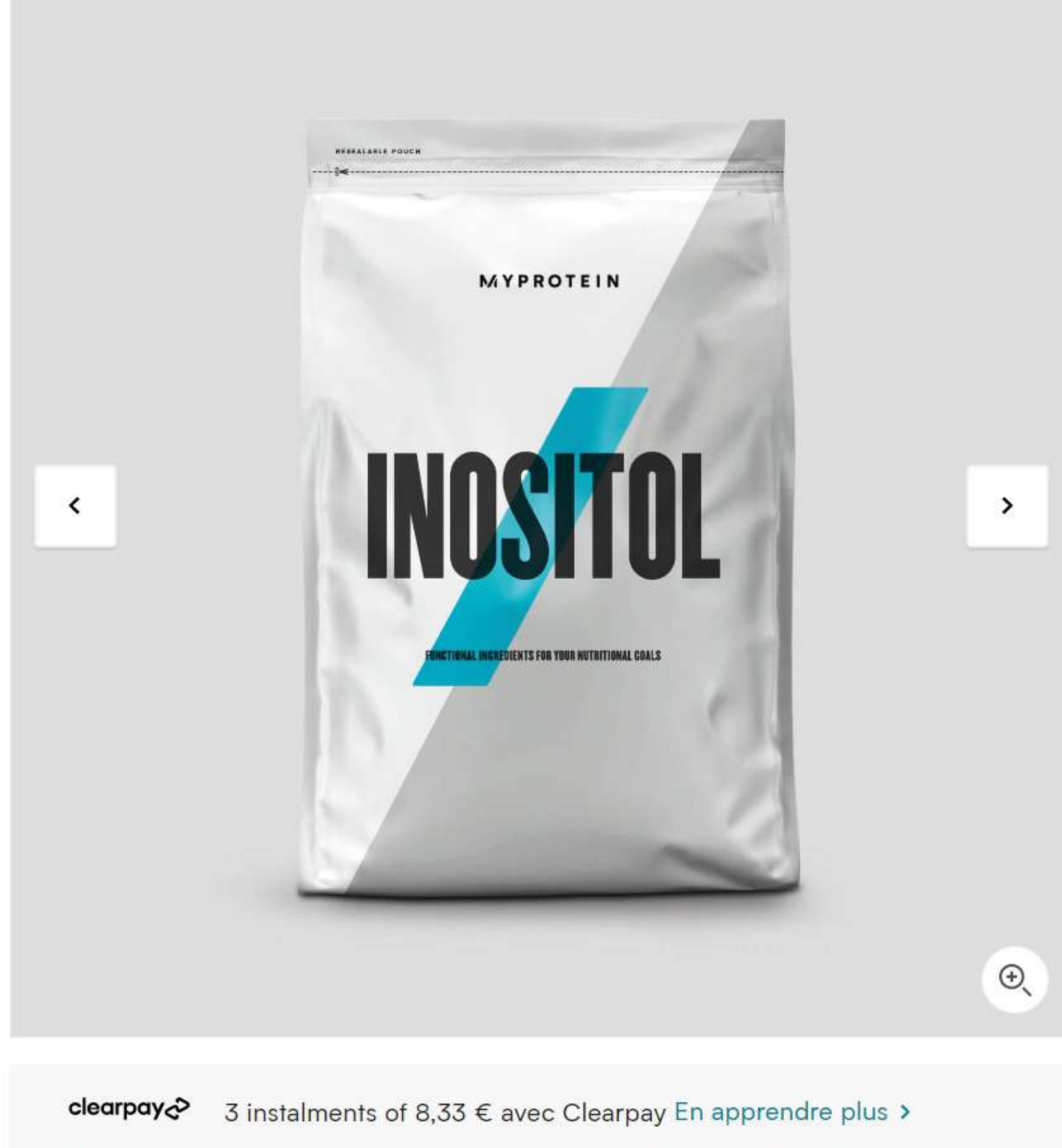


Accueil > Vitamine B8 - Inositol en poudre



## Vitamine B8 - Inositol en poudre

Poudre entièrement naturelle, très soluble

3 instalments of 8,33 € avec Clearpay [En apprendre plus >](#)  
 4 versements de 6,24 € avec Sezzle [En apprendre plus >](#)

**Aperçu**

Nous rendons la tâche de trouver les produits dont vous avez besoin plus simple que jamais, et ce, quel que soit votre objectif. C'est pourquoi nous avons transformé notre Inositol 100 % en Inositol, mais ne vous inquiétez pas : le goût et les nutriments restent les mêmes que votre produit préféré.

**Qu'est-ce que l'inositol ?**

Avec une composition similaire à celle du glucose, notre Inositol est une molécule semblable à une vitamine. Il s'agit d'un élément important de la membrane cellulaire et de la signalisation cellulaire. Elle est présente chez les animaux et dans les plantes, et peut être synthétisée en laboratoire.

Souvent appelé « vitamine B8 », l'inositol n'est pas une vitamine mais un sucre carbocyclique que l'on trouve en grandes quantités dans les tissus. Les reins produisent environ 2 g d'inositol par jour, mais c'est dans le cerveau que l'on trouve les plus grandes concentrations d'inositol, où il intervient dans la fonction des neurotransmetteurs chimiques.

**Qu'est-ce que le myo-inositol ?**

Il existe différents types d'inositol, le myo-inositol et le D-chiro-inositol (DCI) étant deux formes communément utilisées. Le myo-inositol est la forme la plus courante d'inositol, que l'on trouve dans la majorité des plantes et chez la plupart des animaux.

Le myo-inositol était auparavant considéré comme faisant partie des vitamines du groupe B : la vitamine B8. Il n'est plus considéré comme un nutriment essentiel, car l'organisme peut synthétiser l'inositol à partir du glucose. Un nutriment est dit « essentiel » seulement lorsque l'organisme est incapable de le produire et qu'il faut l'obtenir par le biais de l'alimentation.

- Avantages Principaux**
- Pourquoi Ce Produit?**
- Dosage Suggéré**
- Ingrédients**
- Composition Nutritionnelle**
- Caractéristiques**

## Les clients ayant acheté cet article ont également acheté

 <b>Bâton de Récupération</b> ★★★★★ (4) 14,00 €	 <b>BCAA Sustain (échantillon)</b> ★★★★★ (4) 1,28 €	 <b>Lunch box taille standard</b> ★★★★★ (24) 6,00 €	 <b>Barre protéinée Impact</b> ★★★★★ (3) 2,99 €
--	--	--	--

## Avis de clients

### Meilleurs avis clients

Lorsque les commentaires se réfèrent à des aliments ou produits cosmétiques, les résultats peuvent varier d'une personne à une personne. Les commentaires de clients sont indépendants et ne représentent pas le point de vue de The Hut Group.

#### Bon ★★★★★

Bon produit je le prend pour mon sopk aide à réguler les symptômes et depuis que je prend l'inositol je dort beaucoup mieux je suis ravie.

30/03/2021 par Falon **"Achat sécurisé"**

Avez-vous trouvé ce commentaire utile?  
  [Signaler un abus](#)

#### Inositol ★★★★★

Cela fait maintenant 6 semaines que je prends de l'inositol tous les matins au réveil. Je dors beaucoup mieux et j'ai retrouvé ma bonne humeur. Beaucoup mieux dans ma peau.

10/10/2019 par Marine **"Achat sécurisé"**

Avez-vous trouvé ce commentaire utile?  
  [Signaler un abus](#)

#### Juste parfait ★★★★★

J'ai acheté ce produit afin de lutter contre un trouble anxieux généralisé qui m'oblige à prendre un antidépresseur depuis des années. Non seulement avec ce produit j'ai pu me sevrer de l'antidépresseur en 1 mois, mais en plus ne rai plus ce trouble anxieux (tant que je prends l'inositol). Pour moi c'est 12 gr au total par jour, répartis en 3 ou 4 prises sur la journée. Aucun effet secondaire, essayé sur un jeune anxieux, même résultat. Fin des anxiolytiques pour les laboratoires ? Ha ha ha Ça métonnerait qu'ils diffusent l'information. Trop de manque à gagner 😊

10/09/2019 par Bullette33 **"Achat sécurisé"**

Avez-vous trouvé ce commentaire utile?  
  [Signaler un abus](#)

#### bon produit ★★★★★

Je l'utilise depuis 3 mois avec d'autres compléments et je constate une baisse de l'anxiété et une amélioration du sommeil.

Va Bien Avec:  
5 HTP Mélatonine LP

27/04/2016 par peridot **"Achat sécurisé"**

Avez-vous trouvé ce commentaire utile?  
  [Signaler un abus](#)

#### Question sur le dosage ★★★★★

Pour pouvoir parler du produit j'aimerais savoir comment le doser correctement. Une dose de la mini mesure myprotein est égale à 750mg ? Merci de m'éclairer.

21/08/2015 par Sohaa **"Achat sécurisé"**

Avez-vous trouvé ce commentaire utile?  
  [Signaler un abus](#)

#### Répond aux attentes ★★★★★

5 étoiles en goût car c'est un produit pur, on ne peut pas le façonner à notre goût. 4 étoiles en miscibilité car elle n'est pas parfaite. 5 étoiles en efficacité car répond aux attentes. Depuis que je prend de l'inositol et une poudre vitamines/minéraux je dors mieux. On ne peut pas affirmer à 100 % que cela vient de l'inositol. 5 étoiles en tout car répond aux attentes et pas cher !

20/08/2015 par marksman **"Achat sécurisé"**

Avez-vous trouvé ce commentaire utile?  
  [Signaler un abus](#)

#### surprenant ★★★★★

depuis 3 semaines que je consomme ce produit je constate ce qui suit : je passe d'excellentes nuits et dors comme un bébé et ne fais pratiquement plus de cauchemar pour le reste je n'ai pas assez de recul je dois faire une prise de sang et reviendrais dire si le bilan c'est amélioré (cholestérol)

11/02/2015 par trancelaroute

Avez-vous trouvé ce commentaire utile?  
  [Signaler un abus](#)

#### Excellent produit ★★★★★

Excellent produit qui peut remplacer l'aspartame  
Goes Well With:  
Choline

17/01/2015 par Heilichryse

Avez-vous trouvé ce commentaire utile?  
  [Signaler un abus](#)

#### Inositol ★★★★★

très bon produit apporte toutes les qualités décrites

21/10/2014 par missroxy

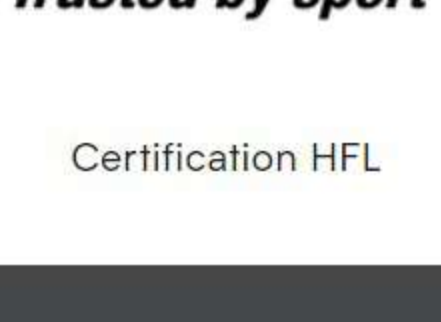
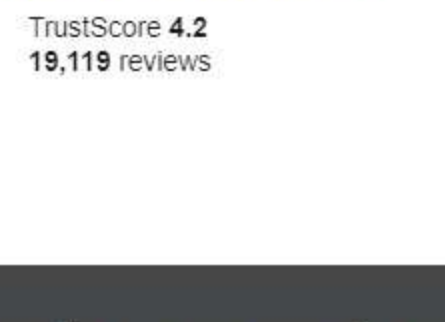
Avez-vous trouvé ce commentaire utile?  
  [Signaler un abus](#)

#### ★★★★★

"Très bon produit, le matin avec de la choline. Aide la capacité de concentration et de mémorisation en plus d'aider au métabolisme des graisses."

07/08/2011 par gabriel luciani

Avez-vous trouvé ce commentaire utile?  
  [Signaler un abus](#)



Certification HFL



No.1



Fournisseur Officiel d'Athlètes

S'inscrire pour recevoir nos offres exclusives

[S'inscrire](#)

Suivez-nous



#### Aide et Informations

- [Service client](#)
- [Contactez-nous](#)
- [Aide](#)
- [Politique de retours](#)
- [Livraison](#)
- [Livraison Internationale](#)
- [Suivi de commande](#)

Myprotein France

#### Produits

- [Nutrition](#)
- [Vêtements & Accessoires](#)
- [Régimes Spéciaux](#)
- [Objectif](#)
- [Gammes](#)
- [Nouveau Consommateur](#)
- [Articles & Conseils](#)

#### Informations Entreprise

- [À propos](#)
- [Partenaires](#)
- [Carrières](#)
- [Déclaration sur l'esclavage moderne](#)
- [Politique de Confidentialité](#)
- [Assurance Qualité](#)
- [Engagement du fournisseur](#)
- [Termes & Conditions](#)
- [Revendeurs](#)

#### Fidélité & Récompenses

- [Avantages Membres](#)
- [Régénérer un ami](#)
- [Réductions étudiantes](#)
- [Codes Promos](#)
- [Telegram](#)
- [Black Friday](#)

## THG

2022 © 2018 The Hut.com Limited, une société enregistrée au Royaume-Uni et en Irlande (Numéro de société 05016010) le siège est enregistré au Voyager House, Chicago Avenue, Manchester Airport, M90 3DQ.

Payer en toute sécurité avec

