

## LACTOFIT®

### Emagrecimento Biológico

#### INFORMAÇÕES GERAIS:

A obesidade está estreitamente correlacionada com a inflamação no tecido adiposo, e a manutenção do tecido adiposo num estado menos inflamado. E requer integridade intestinal ou uma função de barreira para proteger o intestino a partir da perturbação que pode ser causada por uma dieta rica em gordura.

Pesquisas têm documentado que as bactérias probióticas possuem efeitos anti-obesidade e melhoram a síndrome metabólica. Os estudos foram realizados em ratos alimentados com uma dieta rica em gordura (DFH).

A manutenção do sistema microbiano presente no intestino é uma nova abordagem no tratamento da obesidade e dos distúrbios metabólicos associados a ela. Essa abordagem envolve a normalização da composição da microbiota intestinal pela ingestão de probióticos benéficos.

Também é interessante notar que os probióticos não exercem apenas efeitos localizados no intestino, mas apresentam efeitos sistêmicos como redução da pressão arterial, dos níveis de colesterol, imunomodulação e efeitos metabólicos entre outros.

O Lactofit® é um pool de lactobacillus que atende a mais nova abordagem para o tratamento de perda de peso, de forma efetiva. Contribuindo também para o equilíbrio adequado da microbiota intestinal, sistema imunológico e redução do colesterol.

A sua composição foi desenvolvida abrangendo inúmeros benefícios no controle do peso. Como: Redução dos níveis de colesterol, equilíbrio da flora intestinal, melhorar a resistência insulínica e a tolerância a glicose e reduzir o aumento da permeabilidade intestinal em indivíduos obesos.

Os lactobacillus presentes no Lactofit® passam por um processo de liofilização. A liofilização é uma tecnologia de secagem que constitui na remoção da água através da sublimação, portanto **não é necessário armazenamento em geladeira.**

## COMPOSIÇÃO:

Lactofit® é composto por 2 bilhões UFC/g de cada cepa: *Lactobacillus gasseri*, *Lactobacillus reutheri*, *Lactobacillus thermophilus* e *Lactobacillus casei*.

Segue abaixo sua composição, com as principais funções:

***Lactobacillus gasseri*:** Suas principais propriedades são a redução de peso corporal, redução da resistência insulínica, regulação da microbiota intestinal e a redução dos níveis de leptina. Estudos mostram que em indivíduos obesos, há um aumento significativo do hormônio leptina circulante, e também uma resistência da mesma. Sabe-se que o nosso tecido adiposo subcutâneo é a maior fonte desse hormônio. A administração de *L. gasseri* impede esse aumento de leptina plasmática, e indicando que a redução do peso está associada à diminuição de leptina sérica.

A administração de *L. gasseri* aumenta também a expressão de transportadores GLUT4. Esses transportadores são os principais carregadores de glicose para os músculos e adipócitos, sendo assim, os níveis plasmáticos de glicose diminuem consequentemente diminuindo os níveis de insulina plasmática.

Em outro estudo realizado com 87 adultos, divididos em dois grupos, onde apenas um recebeu *Lactobacillus gasseri* por 12 semanas.

Este grupo conseguiu redução significativa de medidas abdominais, cintura e quadril, além da perda peso.

***Lactobacillus reutheri*:** Suas principais propriedades são a redução dos níveis de colesterol sérico, redução do risco de disbiose e efeito inibitório sobre micro-organismos patogênicos. Através da combinação de diversos mecanismos de ação, incluindo a produção de ácido láctico, peróxido de hidrogênio e produção de bacteriocinas, apresentando alta capacidade antimicrobiana, pela inibição de permanência de diversos agentes nocivos ao intestino, via produção de Reuterina.

Desta forma, o organismo torna-se mais protegido contra tais substâncias, preservando-o e o mantendo saudável.

***Lactobacillus casei*:** Sua principal função é o equilíbrio da flora intestinal. Estudos demonstram melhorar também a resistência à insulina e a tolerância à glicose e reduzir o aumento da permeabilidade intestinal em indivíduos obesos.

**Lactobacillus thermophilus:** Demonstrou ser efetivo na manutenção do colesterol. Produz ácido láctico o que é muito útil para a fermentação de alimentos.

**INDICAÇÃO:** Auxiliar no tratamento da obesidade.

**FAIXA DE DOSAGEM USUAL:** 500 mg ao dia.

**SUGESTÃO DE FÓRMULA:**

Lactofit® .....250mg

FOS qsp.....1 cápsula

Mande 60 cápsulas gastroresistentes.

Tomar 1 cápsula 2x ao dia, meia hora antes das refeições.

**CÁLCULOS:**

O cálculo deve ser feito de acordo com a prescrição, levando em consideração que em 1 grama existe 2.000.000.000 UFC de cada cepa (2 bilhões).

**Exemplo:**

Para prescrição de 1 bilhão de cada cepa.

1 Bilhão x 4 (quantidade de cepas contidas no pool) = 4 bilhões.

1000 mg.....8 bilhões

X.....4 bilhões

X= 500 mg

**REFERÊNCIAS:**

Li Z , Jin H, Oh SY, et al. **Anti-obese effects of two Lactobacilli and two Bifidobacteria on ICR mice fed on a high fat diet.** Biochem Biophys Res Commun. 2016.

Jl-HEEK.et al. **Anti-Obesity Effect of Lactobacillus gasseri BNR 17 in High-Sucrose Diet-Induced Obese Mice,** 2013.

KADOOKA et al. **Regulation of abdominal adiposity by probiotics (Lactobacillus gasseri**

**SBT 2055) in adults with obese tendencies in a randomized controlled trial.** 2010.

ARQUÉS JL, NUNEZ M, RODRIGUEZ E, et al. **Antimicrobial Activity of Nisin, Reuterin, and the Lactoperoxidase System on Listeria monocytogenes and Staphylococcus aureus in Cuajada, a Semisolid Dairy Product Manufactured in Spain.** J DairySci. 2007; 91:70–5.

SILVA et al. **Atividade antimicrobiana de Lactobacillus reuteri contra bactérias de interesse alimentar.** Rev Inst Adolfo Lutz. 2010; 69(4):584-7

NOPCHINDA S, et al. **Effect of bifidobacterium Bb12 with or without Streptococcus thermophilus supplemented formula on nutritional status.** J Med Assoc Thai. 2002 Nov;85 Suppl 4:S1225-31.

RUIZ, Karina. **Nutracêuticos na pratica: terapias baseadas em evidências;** Editora INNEDITA, 2012.

*Texto atualizado em 22/11/2016, por Bárbara.*