

BIFIDOBACTERIUM BIFIDUM



Nome científico: *Bifidobacterium bifidum*

Sinonímia científica: N/A

Nome popular: N/A

Família: N/A

Parte Utilizada: N/A

Composição Química: Cepas contendo no mínimo 10 bilhões de UFC/g

Formula molecular: N/A

Peso molecular: N/A

CAS: N/A

DCB: N/A

DCI: N/A

Pertencendo a classe das bifidobactérias, as *Bifidobacterium bifidum* são anaeróbicas, gram-positivas e imóveis. Estão presentes na microbiota intestinal humana (residem o cólon) e outros sítios como vagina e cavidade bucal. Vários efeitos benéficos no estado de saúde podem estar relacionados à presença das bifidobactérias no cólon, aumentando o interesse para a utilização destes em produtos farmacêuticos e nutracêuticos.

Indicações e Ação Farmacológica

As bifidobactérias fermentam açúcares com produção principalmente de ácido acético e ácido láctico. Elas são prevalentes no intestino e podem prevenir a colonização por bactérias patogênicas. Está empregada no uso terapêutico para tratamento de

intolerância a lactose, redução do colesterol, restaurar a flora intestinal após uso de antibióticos, rinite, aumentar o sistema imune e auxiliar na digestão.

Além destes efeitos, alguns autores têm destacado a melhoria das condições gerais de saúde após o consumo de produtos contendo *Bifidobacterium*, como o controle de infecções intestinais em crianças e idosos, atividade anticarcinogênica, ativação do sistema imune, desconjugação de ácidos biliares, inativação de compostos tóxicos e ainda, alívio de sintomas gastrointestinais em mulheres com síndrome pré-menstrual.

Toxicidade/Contraindicações

Pode causar dores no estômago e no intestino, inchaço e flatulência. Porém, é seguro e eficaz quando utilizado de forma adequada.

Dosagem e Modo de Usar

Recomenda-se a incorporação gradual de probióticos na dieta num período de 2 a 3 semanas.

A dose diária recomendada é de até 10 bilhões de UFC, ou conforme orientação e prescrição.

Referências Bibliográficas

BARBOSA, F.H.F; et al. **O Gênero *Bifidobacterium*: Dominância à favor da vida.** Ciência Equatorial, vol.1, n.2, 2011.

BARBOSA, F. H. F. et al. **Perfil de Susceptibilidade Antimicrobiana de *Bifidobacterium bifidum* Bb12 e *Bifidobacterium longum* Bb46.** Rev Biol Cien Terra, v.1, n.2, ISSN 1519-5228, 2001.

Guias práticas – **Probióticos e prebióticos**. World Gastroenterology Organisation, 2008

NOGUEIRA, J.C; GONÇALVES, M.C.R. **Probióticos - Revisão da Literatura**. Rev. Bras. de Ciências da Saúde, vol.15, n.4, p.487-492, 2011.