

Probióticos

principais indicações

CEPAS	TRATO GASTROINTESTINAL						DOENÇAS METABÓLICAS				SAÚDE DA PELE		SISTEMA IMUNOLÓGICO		TRATO UROGENITAL		SAÚDE CEREBRAL						
	Diarreia e infecções intestinais	Constipação intestinal	Melhora da digestão	Estomatite, refluxo, gastrite, úlceras, aftas e H. pylori	Intolerância à lactose e ao glúten	Alergias alimentares	Doenças inflamatórias intestinais (Colite ulcerativa e Crohn)	Síndrome do intestino irritável (SII)	Aumento da absorção de nutrientes	Controle glicêmico	Redução de peso	Perfil lipídico	Acne	Dermatite atópica	Melasma	Melhora de aspectos da pele	Melhora do sistema imune e ação anti-inflamatória	Melhora a eficácia das vacinas	Alergias respiratórias, asma e rinite	Candidíase	Infecção urinária	Vaginoses	Estresse, ansiedade, depressão e sono
<i>Akkermansia muciniphila</i>									•	•	•					•							
<i>Lactobacillus acidophilus</i>	•			•	•		•		•			•					•				•		
<i>Lactobacillus breve</i>									•						•	•							
<i>Lactobacillus bulgaricus</i>	•		•		•			•			•					•							
<i>Lactobacillus casei</i>	•	•	•													•							•
<i>Lactobacillus crispatus</i>																•				•	•	•	
<i>Lactobacillus curvatus</i>							•			•	•					•				•			
<i>Lactobacillus delbrueckii</i>	•		•	•	•		•		•		•		•			•			•				
<i>Lactobacillus fermentum</i>	•												•			•	•		•			•	
<i>Lactobacillus gasseri</i>	•				•				•	•						•			•				
<i>Lactobacillus helveticus</i>	•															•			•				•
<i>Lactobacillus jensenii</i>	•																						
<i>Lactobacillus johnsonii</i>				•				•						•		•			•				
<i>Lactobacillus lactis</i>		•					•								•	•							
<i>Lactobacillus paracasei</i>	•						•									•			•				
<i>Lactobacillus pentosus</i>				•												•			•	•	•		
<i>Lactobacillus plantarum</i>	•	•	•				•			•					•	•			•				•
<i>Lactobacillus reuteris</i>	•	•		•				•								•			•				
<i>Lactobacillus rhamnosus</i>	•					•				•			•	•	•			•	•				
<i>Lactobacillus rhamnosus GG</i>	•					•	•	•					•			•			•				
<i>Lactobacillus sakei</i>									•	•	•	•	•			•			•				
<i>Lactobacillus salivarius</i>			•	•						•			•			•			•				
<i>Lactobacillus sporogenes</i>	•			•							•	•											
<i>Bifidobacterium adolescentis</i>	•	•						•						•		•							
<i>Bifidobacterium animalis</i>	•	•					•	•	•		•					•							
<i>Bifidobacterium bifidum</i>	•		•		•		•				•		•			•			•				
<i>Bifidobacterium breve</i>	•	•		•						•			•		•	•			•				
<i>Bifidobacterium infantis</i>		•					•	•								•							•
<i>Bifidobacterium lactis</i>	•	•			•					•	•					•							
<i>Bifidobacterium longum</i>	•	•			•	•	•									•			•				•
<i>Enterococcus faecium</i>	•										•					•							
<i>Streptococcus thermophilus</i>	•					•					•		•						•				
<i>Saccharomyces boulardii</i>	•			•			•			•						•							
<i>Saccharomyces cerevisiae</i>			•					•		•	•					•			•				
<i>Bacillus subtilis</i>	•												•			•							
<i>Bacillus clausii</i>	•							•								•							

Sugestão de dosagem

ADULTOS: 1 a 10 BLH UFC ao dia
CRIANÇAS: 200 a 800 MLH UFC ao dia

A definição de dose e forma de uso podem ser estabelecidas pelo profissional de forma individualizada, levando em consideração a indicação de uma cepa isolada ou com uma associação de cepas probióticas. A união de cepas pode ser complementar e benéfica, visto que cada espécie manifesta diferentes funções no organismo.