



Bifidobacterium bifidum

LEMMA

Múltiplos benefícios à saúde

As bifidobactérias são micro-organismos conhecidos pela sua propriedade probiótica por apresentar efeito benéfico ao hospedeiro, melhorando e mantendo o equilíbrio intestinal. *Bifidobacterium bifidum* é uma bactéria que normalmente habita o intestinal saudável. Essas bactérias benéficas prosperam em fibra vegetal e podem ajudar a digestão, ter um efeito protetor contra o câncer, reduzir a inflamação e diminuir o colesterol.

Redução do colesterol, LDL e triglicerídeos

Estudo avaliou a eficácia anti-hipercolesterolêmica do *Bifidobacterium bifidum* em pacientes diagnosticados com hipercolesterolemia. Probiótico ou placebo foi administrado três vezes ao dia durante seis semanas. Após o tratamento o grupo tratado com *B. bifidum* apresentou redução significativa dos níveis de colesterol total (de 237, 2 para 212,7 mg/dl, $p < 0,05$), LDL (de 158,1 para 153,9 mg/dl, $p < 0,01$), e triglicerídeos (de 175, 9 para 148,0 mg/dl, $p < 0,05$). Os pesquisadores concluíram que o *Bifidobacterium bifidum* é eficaz na redução do colesterol total, LDL e triglicerídeos.

Atrite reumatoide

Estudos demonstram que a suplementação diária de *Bifidobacterium bifidum* em pacientes com artrite reumatoide, proporciona melhora clínica e metabólica dos pacientes. Após oito semanas de tratamento os participantes apresentaram melhora significativa dos escores de atividade da doença, redução dos níveis de insulina sérica e de proteína C reativa quando comparadas ao placebo.

Desordens gastrointestinais

Estudo avaliou a efetividade do *Bifidobacterium bifidum* na melhora dos sintomas gastrointestinais em pacientes com desordens. Os pacientes que fizeram consumo de *B. bifidum* apresentaram melhora significativa nos escores de dor abdominal, diarreia e constipação e dispesia relacionada à acidez. *Bifidobacterium bifidum* é eficaz na melhora dos sintomas gastrointestinais.

Redução de resfriados

Estudo randomizado, duplo cego, placebo controlado avaliou o efeito na redução de resfriados e gripes da suplementação de *Bifidobacterium bifidum* em estudantes universitários sob estresse agudo. Os resultados demonstraram que a ingestão diária de *B. bifidum* proporciona redução significativa de gripes e resfriados durante períodos de estresse agudo.

Controle do diabetes gestacional e perfil lipídico

Estudo demonstrou que a suplementação de *Bifidobacterium bifidum* em gestantes com diabetes auxilia no controle glicêmico e nos níveis de colesterol total e VLDL nessas pacientes quando comparados ao placebo.

Síndrome do intestino irritável (SII)

Pesquisadores avaliaram a eficácia do *B. bifidum* em pacientes com síndrome do intestino irritável, durante 4 semanas. Os pacientes tratados com *B. bifidum* apresentaram melhora dos sintomas relacionados à SII como desconforto/dor, distensão/inchaço abdominal, urgência e desordens digestivas. *B. bifidum* é eficaz no alívio dos sintomas relacionados à SII, além de melhorar a qualidade de vida dos pacientes.

Aplicações clínicas do *Bifidobacterium bifidum*

- Autismo;
- Constipação intestinal;
- Desordens comportamentais;
- Doença de Crohn;
- Diarreia e flatulência;
- Esteatose hepática;
- Imunidade;
- Intolerância à lactose;
- Obesidade;
- Performance física;
- Doenças respiratórias;
- Saúde oral.

Bifidobacterium bifidum LEMMA - Múltiplos benefícios à saúde

Probióticos anti-hipercolesterolêmicos

Bifidobacterium bifidum LEMMA	500 milhões UFC
<i>Lactobacillus curvatus</i> LEMMA	500 milhões UFC
<i>Bifidobacterium adolescentis</i> LEMMA	500 milhões UFC
<i>Streptococcus thermophilus</i> LEMMA	500 milhões UFC
<i>Lactobacillus acidophilus</i> LEMMA	500 milhões UFC
<i>Lactobacillus delbrueckii</i> (s. <i>L. bulgaricus</i>) LEMMA	500 milhões UFC
<i>Bifidobacterium breve</i> LEMMA	500 milhões UFC
<i>Bifidobacterium infantis</i> LEMMA	500 milhões UFC
<i>Bifidobacterium longum</i> LEMMA	500 milhões UFC

Administrar uma dose, duas a três vezes ao dia.

Probióticos para controle glicêmico e lipídico em gestantes

Bifidobacterium bifidum LEMMA	1 bilhão UFC
<i>Bifidobacterium lactis</i> (<i>B. animalis</i> s. <i>B. lactis</i>) LEMMA	1 bilhão UFC
<i>Lactobacillus acidophilus</i> LEMMA	1 bilhão UFC
<i>Streptococcus thermophilus</i> LEMMA	1 bilhão UFC
<i>Lactobacillus delbrueckii</i> (s. <i>L. bulgaricus</i>) LEMMA	1 bilhão UFC
<i>Lactobacillus rhamnosus</i> LEMMA	1 bilhão UFC
Excipiente qsp	Uma unidade

Administrar uma dose duas vezes ao dia.

Probióticos para síndrome do intestino irritável

Bifidobacterium bifidum LEMMA	2 bilhões UFC
<i>Bacillus coagulans</i> (<i>L. sporogenes</i>) LEMMA	2 bilhões UFC
<i>Bifidobacterium breve</i> LEMMA	2 bilhões UFC
<i>Lactobacillus rhamnosus</i> LEMMA	2 bilhões UFC
<i>Lactobacillus plantarum</i> LEMMA	2 bilhões UFC
<i>Lactobacillus acidophilus</i> LEMMA	2 bilhões UFC
Excipiente qsp	Uma unidade

Administrar uma dose duas vezes ao dia.

Prevenção de gripes e resfriados

Bifidobacterium bifidum LEMMA	1 bilhão UFC
<i>Lactobacillus plantarum</i> LEMMA	1 bilhão UFC
<i>Lactococcus lactis</i> LEMMA	1 bilhão UFC
<i>Saccharomyces boulardii</i> LEMMA	250mg
GliSODin®	50mg
Defense glucan LEMMA	50mg
WEG-LEM 70	100mg
Excipiente qsp	Uma unidade

Administrar uma dose duas vezes ao dia.

Probióticos para artrite reumatoide

Bifidobacterium bifidum LEMMA	2 bilhões UFC
<i>Lactobacillus paracasei</i> LEMMA	2 bilhões UFC
<i>Lactobacillus acidophilus</i> LEMMA	2 bilhões UFC
Excipiente qsp	Uma unidade

Administrar uma dose duas vezes ao dia.



Referências consultadas:

Rerksuppaphol S, Rerksuppaphol L. A Randomized Double-blind Controlled Trial of Lactobacillus acidophilus Plus Bifidobacterium bifidum versus Placebo in Patients with Hypercholesterolemia. Journal of Clinical and Diagnostic Research. 2015 Mar, Vol-9(3).

Isolaure E, et al. Role of probiotics in reducing the risk of gestational diabetes. Diabetes Obes Metab. 2015 Aug;17(8):713-9.

Langkamp-Henken B, et al. Bifidobacterium bifidum R0071 results in a greater proportion of healthy days and a lower percentage of academically stressed students reporting a day of cold/flu: a randomised, double-blind, placebo-controlled study, Br J Nutr. 2015 Feb 14;113(3):426-34.

Zamani B, et al. Clinical and metabolic response to probiotic supplementation in patients with rheumatoid arthritis: a randomized, double-blind, placebo-controlled trial. Int J Rheum Dis. 2016 May 2.

Karamali M, et al. Effects of probiotic supplementation on glycaemic control and lipid profiles in gestational diabetes: A randomized, double-blind, placebo-controlled trial. Diabetes Metab. 2016 May 18.

URITA Y, et al. Continuous consumption of fermented milk containing Bifidobacterium bifidum YIT 10347 improves gastrointestinal and psychological symptoms in patients with functional gastrointestinal disorders. Bioscience of Microbiota, Food and Health Vol. 34 (2), 37-44, 2015.