

LACTOBACILLUS GASSERI

(PROBIÓTICO PARA PERDA DE PESO E REDUÇÃO DA GORDURA)

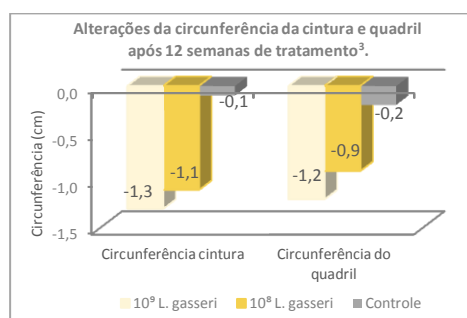




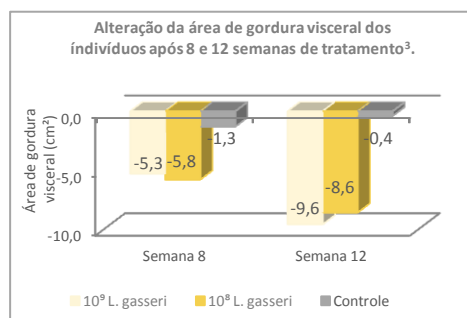
O aumento alarmante nos casos de obesidade em todo o mundo tem gerado grande preocupação. A dieta rica em gorduras e açúcares, associada ao sedentarismo, está entre os mais importantes fatores para o desenvolvimento da obesidade. Os obesos possuem microbiota com capacidade aumentada de absorver e armazenar energia ingerida na dieta¹.

O *Lactobacillus gasseri* é uma bactéria probiótica ácido láctico que se origina no intestino humano. Ela tem a capacidade de melhorar o ambiente intestinal e realizar ações benéficas, incluindo a redução da gordura visceral em seres humanos com excesso de peso. Também se apresenta como uma inovação no tratamento da obesidade, pois possui a capacidade de promover a perda de peso e diminuir a gordura abdominal².

TESTES CLÍNICOS DE EFICÁCIA DO *LACTOBACILLUS GASSERI*³:



As medidas de IMC, circunferência da cintura e quadril foram reduzidas significativamente semanas 8 e 12 em relação a *baseline* nos pacientes que receberam a administração do *L. gasseri*, quando comparados ao controle.



As áreas de gordura visceral foram significativamente reduzidas nos dois grupos que receberam *L. gasseri* nas semanas 8 e 12 em relação à *baseline* e na semana 12 em relação ao controle.

- Os indivíduos apresentaram redução significativa do percentual de gordura, massa gorda e massa magra em relação à *baseline* ao final da 12ª semana de administração de *Lactobacillus gasseri*;
- Não foi relatado nenhum efeito adverso durante o estudo.

A ingestão de baixas doses de *Lactobacillus gasseri* proporciona significativo efeito redutor da adiposidade abdominal em adultos com grandes áreas de gordura visceral³.

SUGESTÃO DE FÓRMULA

CÁPSULA DE *LACTOBACILLUS GASSERI*¹

<i>LACTOBACILLUS GASSERI</i>	10 ¹⁰ UFC
EXCIPIENTE PARA PROBIÓTICOS QSP	1un

Administrar 2 unidades três vezes ao dia, 30 minutos antes das principais refeições.

SUCO DE *LACTOBACILLUS GASSERI*¹

<i>LACTOBACILLUS GASSERI</i>	6,9x10 ⁷ UFC
SUCO BASE PARA PROBIÓTICOS ENRIQUECIDO COM CHÁ VERDE QSP	1un

Administrar uma a duas unidades ao dia. Dissolver o conteúdo de um sachê em um copo de água ou leite e consumir após o preparo.



Rua Barão do Triunfo, 427 – CJ 1309 – Brooklin – São Paulo/SP – CEP 04602-001

Contato: (11) 5044-7234

lemma@lemma.com.br / www.lemma.com.br

lemma.supply - facebook.com/lemma.supply

PROPRIEDADES:

- Redução do peso corporal, gordura subcutânea e gordura abdominal;
- Redução dos níveis de leptina;
- Redução da resistência insulínica;
- Redução dos níveis de glicose no sangue;
- Regulação da microbiota intestinal;
- Auxilia pacientes intolerantes à lactose.

MECANISMO DE AÇÃO:

A administração de *Lactobacillus gasseri*, sem mudança de comportamento e dieta, auxilia na redução do peso corporal e circunferência da cintura e quadril em indivíduos obesos e com sobrepeso³.

Acredita-se que o efeito antiobesidade do *L. gasseri* seja atribuído ao aumento dos níveis de genes relacionados à oxidação de ácidos graxos e redução de genes relacionados à síntese destes ácidos graxos e ainda, aumento da expressão do GLUT4, principal transportador da glicose, e redução dos níveis de leptina e insulina⁴. Indivíduos obesos apresentam aumento do hormônio leptina circulante e uma resistência a ela, pois a maior fonte desse hormônio é o tecido adiposo subcutâneo. Ao ser administrado o *L. gasseri* impede o aumento de leptina plasmática⁴.

Além disso, outro estudo que avaliou o efeito dos *L. gasseri* sobre respostas lipídicas séricas pós-prandiais em indivíduos com níveis de triacilglicerol em jejum superiores a 200mg/dl demonstrou que o consumo deste probiótico reduz os níveis séricos de ácido graxos não esteroides pós-prandiais e em jejum, sugerindo sua possível contribuição para a redução do risco de obesidade e diabetes mellitus tipo 2⁵.

DOSE POSOLÓGICA SUGERIDA^{3,4}:

Lactobacillus gasseri: 6,9x10⁸ à 6x10¹⁰UFC, até 3 vezes ao dia (antes do almoço, café e jantar).

LITERATURA CONSULTADA:

- Conroy KP, Davidson IM, Warnock M. Pathogenic obesity and nutraceuticals. *Proceedings of the Nutrition Society*. Nov. 2011; 70(4): 426-438.
- Blaut M, Bischoff SC. Probiotics and obesity. *Annals of Nutrition and Metabolism*. 2010; 57(1):20-23.
- Kadooka Y, Sato M, Ogawa A, Miyoshi M, Uenishi H, Ogawa H, Ikuyma K, Kagoshima M, Tsuchida T. Effect of *Lactobacillus gasseri* SBT2055 in fermented milk on abdominal adiposity in adults in a randomised controlled trial. *Br J Nutr*. 2013 Nov 14;110(9):1696-703.
- Jung SP, Lee KM, Kang JH, Yun SI, Park HO, Moon Y, Kim JY. Effect of *Lactobacillus gasseri* BNR17 on Overweight and Obese Adults: A Randomized, Double-Blind Clinical Trial. *Korean J Fam Med*. 2013 Mar;34(2):80-9.
- Kang JH1, Yun SI, Park MH, Park JH, Jeong SY, Park HO. Anti-obesity effect of *Lactobacillus gasseri* BNR17 in high-sucrose diet-induced obese mice. *PLoS One*. 2013;8(1):e54617.