LACTOBACILLUS CRISPATUS

Nome científico: *Lactobacillus crispatus*
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

Bactérias do gênero *Lactobacillus* costumam ser inofensivas para os seres humanos, são caracterizadas por serem ácido-láticas e gram-positivas. Os *Lactobacillus crispatus* ocorrem naturalmente na microbiota vaginal e também no trato gastrointestinal.

Indicações e Ação Farmacológica

Quando suplementado auxilia na manutenção das atividades normais do organismo e do sistema imunológico. Essa bactéria ocorre naturalmente na microbiota cercovaginal e está na linha de defesa dos tratos urogenital e reprodutivo femininos. Quando a microbiota cercovaginal está saudável, o *Lactobacillus crispatus* é prevalente e benéfico, pois auxilia na produção natural de ácido lático. Ocorre também no trato gastrointestinal auxiliando a responsividade de células epiteliais a estímulos inflamatórios. Assim, sua suplementação reforça a barreira de proteção.

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

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.