



## DÚVIDAS MAIS FREQUENTES



### O QUE É FERTIBIOME®

#### 1| Qual é a composição do Fertibiome?

Fertibiome é desenvolvido a partir da estirpe **Lactobacillus salivarius PS11610**.

Esta estirpe foi isolada de uma mulher saudável e tem a função de reequilibrar a microbiota no endométrio da mulher.

#### 2| Porque é que a mulher toma o dobro da dose do Fertibiome em relação ao homem?

A mulher toma 2 cápsulas diárias para modificar a microbiota vaginal.

O homem toma 1 cápsula diária para reverter a disbiose do trato urogenital, evitando a presença de microorganismos patogénicos que possam gerar disbiose na mulher.

A mulher tem uma microbiota mais abundante.

#### 3| O Fertibiome é um produto seguro?

Sim, Fertibiome é considerado seguro e eficaz. Não foram reportadas reações adversas em casais tratados com este produto.

Contém a estirpe **Lactobacillus salivarius** (atualmente denominada de **Ligilactobacillus salivarius**), incluída na lista QPS da EFSA.



## 4| Pode ser tomado a qualquer hora?

Não há indicação específica sobre o horário ideal para tomar Fertibiome. No entanto, como é um suplemento com base numa estirpe probiótica, é geralmente recomendado tomar em jejum ou antes das refeições para maximizar sua eficácia.

## 5| Como devo tomar Fertibiome? (jejum, água... de quanto em quanto tempo)

A mulher deve tomar 2 cápsulas diárias e o homem 1 cápsula diária. É recomendado tomar as cápsulas inteiras com meio copo de água, preferencialmente antes das refeições para maximizar a absorção.

A toma recomendada para a mulher é de preferência uma cápsula cada 12 h e para o homem 1 cápsula cada 24 h.

Fertibiome contém microorganismos vivos sensíveis ao calor, pelo que se recomenda evitar a toma com líquidos quentes, assim como alimentos ácidos.

## 6| Por quanto tempo devo tomar?

A maioria dos casos de disbiose urogenital desaparecem após a toma de Fertibiome por um período de 3 meses. Em alguns casos, pode ser necessário continuar por mais 3 meses.

## 7| O que acontece se me esquecer de tomar o Fertibiome?

Se se esquecer de tomar uma dose de Fertibiome, tome-a assim que se lembrar. No entanto, se estiver perto da hora da próxima dose, continue com o esquema normal.

Não tome uma dose dupla para compensar a dose esquecida.

## 8| Se engravidar posso continuar a tomar Fertibiome?

Sim, pode continuar a tomar Fertibiome durante a gravidez. Manter uma composição microbiana saudável no trato genital é benéfico para uma gravidez saudável e não afeta o desenvolvimento do bebê.

## 9| Posso tomar Fertibiome sem ter feito o teste da Disbiose?

Sim, pode tomar Fertibiome sem ter feito o teste de disbiose. Fertibiome é um suplemento alimentar que pode ser tomado sem necessidade de receita médica.

## 10| Tenho diabetes, posso tomar?

Não ha restrições específicas para diabéticos

## 11| Tenho doença celíaca, posso tomar?

Sim, Fertibiome está isento de glúten, portanto, seguro e adequado para pessoas com doença celíaca.

## 12| Posso tomar com outros suplementos/medicamentos?

Em geral, os probióticos podem ser tomados com outros suplementos e medicamentos, mas é sempre recomendável consultar um médico antes de combinar tratamentos para evitar interações indesejadas.

## 13| Estou a tomar antibiótico, devo tomar Fertibiome antes, depois ou ao mesmo que o antibiótico?

Recomenda-se tomar probióticos no início do tratamento com antibióticos, tendo em conta ingerir o probiótico com duas horas de intervalo entre eles.

## 14| Como devo conservar Fertibiome?

Fertibiome deve ser conservado em frio, manter no frigorífico (entre 2°C a 8°C) na sua embalagem original para garantir a viabilidade dos probióticos.

## 15| Por que razão Fertibiome tem de ser conservado no frio?

Fertibiome contém bactérias vivas (mais de mil milhões de UFC). Para garantir a viabilidade e eficácia dos probióticos, é necessário conservar o produto no frio (2°C a 8°C).



Fertibiome®, marca registada propriedade da ZINEREO PHARMA® | A COMPANY OF ZENDAL GROUP