



# PREBIÓTICOS Y PROBIÓTICOS

LBS TER es un complemento alimenticio a base de prebióticos y probióticos que favorece el mantenimiento de la flora intestinal y estimula las defensas.

Un buen estado de salud depende, en gran medida, del contenido y equilibrio entre las especies bacterianas que conforman la flora intestinal. Se conoce como probióticos a los organismos vivos que habitan en nuestro organismo y tienen un efecto beneficioso sobre él. Por su parte, prebióticos son aquellas sustancias no digeribles que favorecen el crecimiento de los probióticos.

#### • Indicado en:

- Disfunciones digestivas como diarrea o estreñimiento, para favorecer el proceso digestivo.
  - Dietas desequilibradas: pobres en fibra, con exceso de tóxicos como el alcohol, el café, etc., para favorecer el tránsito intestinal y calmar el efecto irritante en la mucosa intestinal.
  - Situaciones de estrés, para restaurar la permeabilidad intestinal.
  - Ciertas enfermedades como la gastroenteritis, para reponer la flora intestinal perdida.
  - Tratamientos con medicamentos, como antibióticos, para regenerar la mucosa intestinal dañada.
  - El envejecimiento, para renovar el descenso de colonias microbianas beneficiosas que ocurre por la edad.
  - Alteraciones cutáneas, para restaurar la función de barrera selectiva del intestino que afecta a la integridad de la piel.
  - Alteraciones neurológicas. En los últimos años existe un avanzada línea de investigación que estudia el eje intestino-cerebro, que lleva a pensar que la microbiota puede llegar a postularse como una de las causas responsables de diferentes enfermedades neurológicas <sup>(1)</sup>.
- Gracias a la combinación de siete cepas probióticas y prebióticos como inulina, oligosacáridos y amilasa, que van a facilitar el desarrollo de los microorganismos en el intestino grueso y garantizan la estabilidad de las bacterias que forman parte de la microbiota humana<sup>(2)</sup>, junto con la vitamina C que refuerza su acción estimulante de las defensas <sup>(3)</sup>.

#### Composición por comprimido

*Bifidobacterium lactis*, *Enterococcus faecium*, *Lactobacillus acidophilus*, *Lactobacillus paracasei*, *Lactobacillus plantarum*, *Lactobacillus salivarius*, *Lactococcus lactis* ( $2 \times 10^9$  UFC/g), 400 mg; vitamina C (ácido L-ascórbico), 6 mg.

#### Otros componentes

Agente de carga (celulosa microcristalina); antiaglomerante (estearato de magnesio); aroma de fresa.

#### Modo de empleo

Tomar uno o dos comprimidos en ayunas.

#### Presentación

45 comprimidos.

Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta variada y equilibrada ni de un modo de vida sano. • No superar la dosis diaria expresamente recomendada. • Mantener fuera del alcance y de la vista de los niños más pequeños. • Mantener en lugar fresco, por debajo de 30 °C.

#### Referencias bibliográficas

- (1) Gómez M, Tamón JL, Pérez L, Blanco JR. El eje microbiota-intestino-cerebro y sus grandes proyecciones. Rev Neurol. 2019 [acceso 02/04/2019];68:111-7. doi: <https://doi.org/10.33588/rn.6803.2018223>.
- (2) Rafael J. Santiago P, José Javier Díaz , Lourdes Rodríguez, Zhandra Durán, Digna Pinto, Dolores Pérez Abad. Usos clínicos de probióticos en disbiosis y en diarrea aguda, Asociada a antibióticos y del viajero. Arch Venez Puer Ped vol.78 no.4 Caracas dic. 2015.
- (3) Anitra C Carr, Silvia Maggini. Vitamin C and Immune Function. Nutrients. 2017 Nov 3:9(11):1211. https://doi: 10.3390/nu9111211.





# PREBIOTICS AND PROBIOTICS

LBS-TER is a food supplement based on prebiotics and probiotics that favours the maintenance of the intestinal flora and stimulates the defences.

To a large extent, a good health condition relies on the content and balance amongst the bacterial species that make up the intestinal flora. The living organisms that inhabit our body and have beneficial effect on it are called probiotics. For its part, prebiotics are the non-digestible substances that favour the growth of probiotics.

- It is indicated in:

- Digestive dysfunctions such as diarrhoea or constipation, in order to favour the digestive process.
  - Unbalanced diets: low fibre content, excessive in toxic substances such as alcohol, coffee, etc., in order to promote the intestinal transit and calm the irritating effect on the intestinal mucosa.
  - Stress situations, in order to restore the intestinal permeability.
  - Some diseases, such as gastroenteritis, in order to restore the lost intestinal flora.
  - Treatments with medications, such as antibiotics, in order to regenerate the damaged intestinal mucosa.
  - Ageing, in order to renew the decline of beneficial microbial colonies caused by the passing of time.
  - Cutaneous disorders, in order to restore the selective barrier function of the bowel that affects the integrity of the skin.
  - Neurological disorders. In recent years, there is an advanced line of research that studies the intestine-brain axis, which leads to think that microbiota could be one of the responsible causes behind different neurological diseases <sup>[1]</sup>.
- 
- Thanks to the combination of seven probiotic strains and prebiotics such as inulin, oligosaccharides and amylase, which will make the development of microorganisms in the large bowel easier and ensure the stability of the bacteria that are part of the human microbiota <sup>[2]</sup>, together with vitamin C, which reinforces its stimulating action on the defences <sup>[3]</sup>.

## Composition per tablet

*Bifidobacterium lactis*, *Enterococcus faecium*, *Lactobacillus acidophilus*, *Lactobacillus paracasei*, *Lactobacillus plantarum*, *Lactobacillus salivarius*, *Lactococcus lactis* ( $2 \times 10^9$  UFC/g), 400 mg; vitamin C (L-ascorbic acid), 6 mg.

## Other components

Bulking agent (microcrystalline cellulose); anti-agglomerating agent (magnesium stearate); strawberry flavour.

## How to use

Take one or two tablets a day before breakfast.

## Presentation

45 tablets.

Food supplements must not be used as a substitute for a varied and balanced diet and a healthy lifestyle. • Do not exceed the specifically recommended daily dose. • Keep out of reach and sight of the youngest children. • Store in a cool place, below 30 °C.

## Bibliographic references

- (1) Gómez M, Tamón JL, Pérez L, Blanco JR. El eje microbiota-intestino-cerebro y sus grandes proyecciones. Rev Neurol. 2019 [acceso 02/04/2019];68:111-7. doi: <https://doi.org/10.33588/rn.6803.2018223>.
- (2) Rafael J. Santiago P, José Javier Díaz, Lourdes Rodríguez, Zhandra Durán, Digna Pinto, Dolores Pérez Abad. Usos clínicos de probióticos en disbiosis y en diarrea aguda, Asociada a antibióticos y del viajero. Arch Venez Puer Ped vol.78 no.4 Caracas dic. 2015.
- (3) Anitra C Carr, Silvia Maggini. Vitamin C and Immune Function. Nutrients. 2017 Nov 3;9(11):1211. https://doi: 10.3390/nu9111211.