Holística
Manipulação, Saúde e Bem-Estar

Saúde gastrointestinal

Digestão e saúde gastrointestinal



Uma abordagem integrada para otimizar a digestão, preservar a barreira intestinal, favorecer o equilíbrio da microbiota e oferecer suporte à função hepatobiliar.

A eficiência do trato gastrointestinal resulta da interação entre a atividade digestiva, a integridade da barreira intestinal, o equilíbrio da microbiota, a motilidade, a sinalização da saciedade e a função hepatobiliar. Segundo Oami e colaboradores (2025), alterações nesses processos podem comprometer a digestão e a absorção de nutrientes, favorecer desconforto gastrointestinal recorrente e impactar a resposta clínica de diferentes pacientes.

Neste contexto, enzimas digestivas, betaína HCl, pepsina e pancreatina auxiliam a digestão de proteínas, lipídios e carboidratos, favorecendo maior eficiência digestiva.

Ianiro *et al.*, 2016

Para a proteção da mucosa intestinal, ativos como glutamina, zinco carnosina, N-acetilglucosamina e Biointestil® contribuem para a preservação da barreira intestinal. O equilíbrio da microbiota pode ser favorecido pela associação de NewBiome® e cepas probióticas selecionadas, enquanto Motility® auxilia a regularidade do trânsito intestinal. Já Carolean® e ProGo® atuam no retardo do esvaziamento gástrico e na sinalização fisiológica da saciedade, oferecendo suporte ao controle da ingestão alimentar. Complementando essa abordagem, Altilix®, silimarina, alcachofra (*Cynara scolymus*) e boldo (*Peumus boldus*) contribuem para a função hepatobiliar e a digestão de lipídios, proporcionando uma abordagem integrada às diferentes necessidades clínicas observadas no consultório.

Demandas clínicas identificadas

1. Digestão ineficaz e desconforto pós-prandial.
2. Distensão abdominal e excesso de fermentação.
3. Disbiose e SIBO.
4. Sensibilidade e inflamação da mucosa.
5. Constipação funcional.
6. Hiperfagia e baixa saciedade.
7. Disfunções hepatobiliares funcionais.

Principais objetivos da abordagem terapêutica

- ☑ Otimiza a digestão e a absorção de nutrientes.
- ☑ Favorece a integridade da barreira intestinal.
- ☑ Contribui para o equilíbrio da microbiota.
- ☑ Auxilia a regularidade do trânsito intestinal.
- ☑ Promove maior saciedade fisiológica.
- ☑ Favorece a função hepatobiliar.
- ☑ Contribui para o conforto gastrointestinal.
- ☑ Auxilia na manutenção da homeostase intestinal.

Sivri *et al.*, 2025; Maghsoumi-Norouzabad *et al.*, 2025; Tinazzi *et al.*, 2024; Wu *et al.*, 2024; Roszkowska *et al.*, 2024

Principais alvos terapêuticos do trato gastrointestinal

A função gastrointestinal resulta da interação entre sete eixos fisiológicos interdependentes: digestão eficiente, integridade da mucosa, equilíbrio da microbiota, controle do supercrescimento bacteriano (SIBO), motilidade intestinal, saciedade e função hepatobiliar.

A disfunção em qualquer um desses eixos compromete os demais, o que explica a resposta clínica incompleta de abordagens isoladas.

A identificação do eixo predominante orienta a escolha terapêutica e fundamenta as estratégias apresentadas neste material.

Aggeletopoulou *et al.*, 2025

Consideração clínica relevante

Após identificação da queixa predominante e definição do objetivo terapêutico, abordagens complementares são individualizadas conforme perfil clínico, eixo fisiológico prioritário, tolerabilidade e medicamentos em uso.

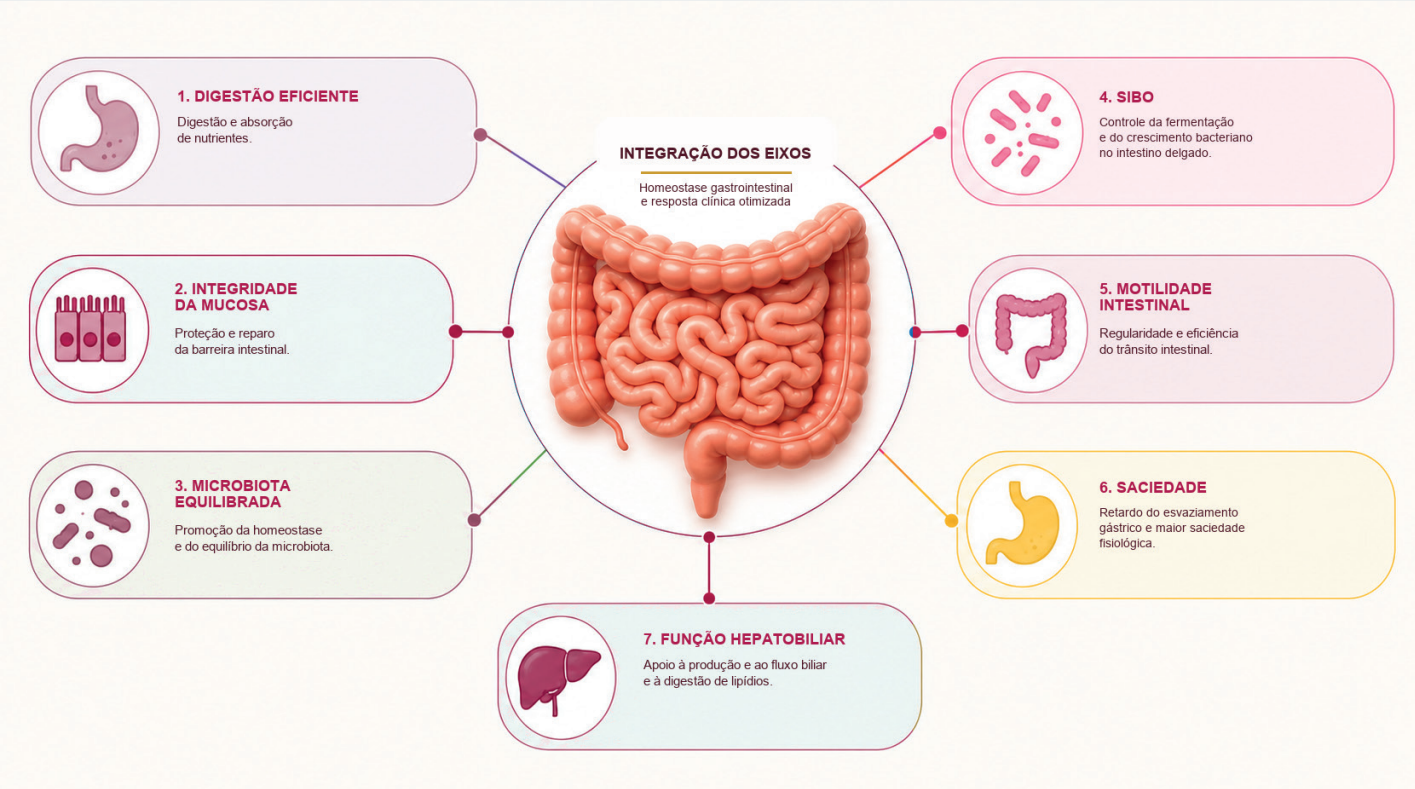
Os ativos apresentados neste material integram estratégias de suporte ao funcionamento gastrointestinal, selecionados com base em racional clínico, segurança e aplicabilidade terapêutica, orientados à recuperação funcional do TGI.

Enzimas digestivas utilizadas na prática clínica
Tabela 1

	Enzima	Principal indicação
Digestão de proteínas e lipídios	***Protease*** 50 a 100 SAP **100–300 mg**	Favorece a hidrólise de proteínas e otimiza a absorção de aminoácidos.
	Pepsina **100–800 mg**	Favorece a digestão gástrica de proteínas, facilitando sua degradação em peptídeos.
	Pancreatina **100-300 mg**	Complexo enzimático que auxilia a digestão de proteínas, lipídios e carboidratos, favorecendo a absorção de nutrientes.
	Bromelina **120 a 2.400 GDU**	Enzima proteolítica que auxilia a digestão de proteínas e a resposta inflamatória fisiológica.
	Papaína **100.000 PU**	Favorece a proteólise e contribui para maior eficiência digestiva.
	Lipase 750 a 3.500 FIP **100–300 mg**	Atua na hidrólise dos triglicerídeos, facilitando a digestão e absorção dos lipídios.
Digestão de carboidratos	***Amilase*** 5.000-20.000 SKB **30–300 mg**	Auxilia a digestão de carboidratos complexos, contribuindo para o conforto gastrointestinal pós-prandial.
	Lactase **1.000 - 10.000 ALU**	Facilita a digestão da lactose em indivíduos com redução da atividade da enzima.
	Alfa-galactosidase 300 a 4800 GalU **50-400 mg**	Reduz a fermentação de oligossacarídeos e o desconforto gastrointestinal associado.

Adaptado de: Ianiro *et al.*, 2016

Principais alvos terapêuticos do trato gastrointestinal
Figura 1



Adaptado de: Aggeletopoulou *et al.*, 2025

Digestão enzimática

Quando considerar

- Considerar em pacientes com digestão ineficiente e desconforto pós-prandial.
- Pode ser associada a estratégias nutricionais para otimizar a digestão.
- Avaliar hipocloridria quando houver resposta limitada às enzimas digestivas.

Sugestão de fórmula • IN $$$

01 Otimiza processo de digestão

Cubo®	380 mg
Protease	100 mg
Amilase	70 mg
Lipase	100 mg
Alfa-galactosidase	50 mg
Excipiente qsp	1 dose

Posologia: 1 dose ao dia ou conforme orientação profissional.

Cubo® *380–760 mg*
Favorece o equilíbrio inflamatório intestinal, auxiliando no conforto gastrointestinal e na distensão abdominal.
Literatura técnica do fabricante.

Integridade da mucosa intestinal

Quando considerar

- Pacientes com aumento da permeabilidade intestinal e sensibilidade alimentar.
- Associada a estratégias para recuperação da barreira intestinal.
- Considerar especialmente após processos inflamatórios ou antibioticoterapia.

Sugestão de fórmula • IN $$

02 Proteção e reparo da mucosa

Glutamina	3 g
N-acetilglucosamina	250 mg
Zinco carnosina	38 mg
Glicina	200 mg
Sabor qsp	2 g

Posologia: Diluir o conteúdo em 100 a 200 mL de líquido e ingerir uma dose ao dia ou conforme orientação profissional.

Glutamina *2–10 g*
Regenera enterócitos, fortalece a barreira intestinal e favorece a integridade da mucosa.
Kim; Kim, 2017

NAG *N-acetilglicosamina* *250–1.000 mg*
Favorece a síntese de mucinas e contribui para a proteção da barreira intestinal.
Wang *et al.*, 2022

Zinco carnosina *37,5–150 mg*
Auxilia o reparo da mucosa, reduz a permeabilidade e favorece a regeneração epitelial.
Literatura técnica do fabricante

Glicina *100–500 mg*
Contribui para a regeneração da mucosa e auxilia na resposta inflamatória intestinal.
Howard; Hirst, 2011

Suporte hepatobiliar

Quando considerar

- Indicada em pacientes com digestão ineficiente de lipídios.
- Pode complementar estratégias de suporte à função hepatobiliar.
- Precaução em casos de doenças hepatobiliares ou cálculos biliares.

Sugestão de fórmula • IN $

03 Suporte à função hepatobiliar

Gengibre (Zingiber officinale)	100 mg
Altilix®	200 mg
Silimarina (Silybum marianum)	150 mg
Alcachofra (Cynara scolymus)	200 mg
Boldo (Peumus boldus)	100 mg
Excipiente qsp	1 dose

Posologia: 1 dose ao dia ou conforme orientação profissional.

Altilix® *100–200 mg*
Favorece a função hepatobiliar e contribui para o metabolismo fisiológico de lipídios.
Literatura técnica do fabricante

Silimarina *Silybum marianum* *150–300 mg*
Auxilia a proteção hepatocelular e favorece a regeneração do tecido hepático.
Gillessen; Schmidt, 2020

Boldo *Peumus boldus* *100–300 mg*
Auxilia a função hepatobiliar e contribui para o conforto digestivo.
Polanco *et al.*, 2024

Alcachofra *Cynara scolymus* *200–600 mg*
Contribui para a produção e liberação da bile, otimizando a digestão de gorduras.
Porro *et al.*, 2024

Gengibre *Zingiber officinale* *100–300 mg*
Estimula a digestão e contribui para o esvaziamento gástrico fisiológico.
Ricci *et al.*, 2022

Saciedade e retardo do esvaziamento gástrico

Quando considerar

- Pode ser utilizada em pacientes com hiperfagia ou menor saciedade.
- Pode complementar estratégias durante ou após o uso de agonistas de GLP-1.
- Associar ao acompanhamento nutricional individualizado.

Sugestão de fórmula • IN $$$

04 Saciedade prolongada

Carolean®	0,5 g
Pro Go®	1,5 g
Sabor abacaxi	2 g

Posologia: Diluir o conteúdo em 100 a 200 mL de líquido e ingerir uma dose ao dia, antes da principal refeição, ou conforme orientação profissional.

Carolean® *0,5–1,5 g*
Retarda o esvaziamento gástrico e prolonga a saciedade por ação de fibras funcionais.
Literatura técnica do fabricante

Pro Go® *1,5 g*
Estimula GLP-1, GLP-2 e GIP, favorecendo a saciedade e o controle da ingestão alimentar.
Literatura técnica do fabricante

Supercrescimento bacteriano do intestino delgado (SIBO)

Quando considerar

- ☑ Utilizar como estratégia complementar ao manejo clínico da SIBO.
- ☑ Associar ao manejo dietético e ao tratamento específico quando indicado.
- ☑ Individualizar o uso de probióticos conforme a evolução clínica.

Sugestão de fórmula • IN $$

05 Suporte complementar na SIBO

Biointestil®	200 mg
N-acetilcisteína	300 mg
Orégano (Origanum vulgare)	120 mg
Saccharomyces boulardii	2 BLH.UFC
Bifidobacterium infantis	2 BLH.UFC
Excipiente qsp	1 dose

Posologia: 1 dose ao dia ou conforme orientação profissional.

Biointestil® *200–600 mg*	Auxilia no conforto gastrointestinal, reduzindo gases, refluxo e sintomas associados à disbiose. Literatura técnica do fabricante
NAC *N-acetilcisteína 300–600 mg*	Auxilia na modulação da resposta inflamatória e contribui para a integridade da barreira intestinal. Redondo-Cuevas *et al.*, 2024
Orégano *Origanum vulgare 100–350 mg*	Contribui para o equilíbrio da microbiota e auxilia no controle do supercrescimento bacteriano. Redondo-Cuevas *et al.*, 2024
Saccharomyces boulardii *1-10 BLH.UFC*	Contribui para o equilíbrio da microbiota, favorecendo a recuperação da mucosa e da função intestinal. Velasco-Aburto *et al.*, 2025
Bifidobacterium infantis *1-10 BLH.UFC*	Contribui para o equilíbrio da microbiota, reduz o desconforto gastrointestinal e favorece a função da barreira intestinal. Velasco-Aburto *et al.*, 2025

Motilidade intestinal

Quando considerar

- ☑ Considerar em pacientes com trânsito intestinal lento e constipação funcional.
- ☑ Associar à adequada ingestão hídrica e de fibras alimentares.
- ☑ Ajustar conforme a frequência evacuatória e a tolerabilidade.

Sugestão de fórmula • IN $$$

06 Regularidade do trânsito intestinal

Motility®	200 mg
Lactobacillus plantarum	1 BLH.UFC
Glucomannan	2 g
Sabor	2 g

Posologia: Diluir o conteúdo em 100 a 200 mL de líquido e ingerir uma dose ao dia, antes da principal refeição, ou conforme orientação profissional.

Motility® *200–600 mg*	Favorece a motilidade intestinal e auxilia na regularidade do trânsito intestinal. Literatura técnica do fabricante
Lactobacillus plantarum *1–10 BLH.UFC*	Auxilia o equilíbrio da microbiota e contribui para a função intestinal. Li *et al.*, 2024
Glucomannan *2–10 g*	Fibra solúvel que aumenta o volume fecal e favorece o trânsito intestinal. Zalewski *et al.*, 2015

Referências

1. Aggeletopoulou, I., Karaivazoglou, K., Kalafateli, M., & Triantos, C. (2025). Visando a síndrome do intestino irritável por meio de dieta e terapias baseadas em mecanismos: uma abordagem fisiopatológica. Nutrients , 17 (22), 3595. https://doi.org/10.3390/nu17223595.
2. Al Bander Z, Nitert MD, Mousa A, Naderpoor N. The Gut Microbiota and Inflammation: An Overview. Int J Environ Res Public Health. 2020 Oct 19;17(20):7618. doi: 10.3390/ijerph17207618.
3. Deng X, Xiao L, Luo M, Xie P, Xiong L. Intestinal crosstalk between bile acids and microbiota in irritable bowel syndrome. J Gastroenterol Hepatol. 2023 Jul;38(7):1072-1082. doi: 10.1111/jgh.16159.
4. Gillessen A, Schmidt HH. Silymarin as Supportive Treatment in Liver Diseases: A Narrative Review. Adv Ther. 2020 Apr;37(4):1279-1301. doi: 10.1007/s12325-020-01251-y.
5. Guo M, Li J, Zhang L, Chen C, Wei Y, Shen ZA. Effects of oral supplementation of probiotics on body weight and visceral fat in obese patients: a meta-analysis and systematic review. Sci Rep. 2025 Feb 21;15(1):6355. doi: 10.1038/s41598-025-90820-8.
6. Howard A, Hirst BH. The glycine transporter GLYT1 in human intestine: expression and function. Biol Pharm Bull. 2011;34(6):784-8. doi: 10.1248/bpb.34.784.
7. Ianiro G, Pecere S, Giorgio V, Gasbarrini A, Cammarota G. Digestive Enzyme Supplementation in Gastrointestinal Diseases. Curr Drug Metab. 2016;17(2):187-93. doi: 10.2174/1389200217021601141501370.
8. Kim MH, Kim H. The Roles of Glutamine in the Intestine and Its Implication in Intestinal Diseases. Int J Mol Sci. 2017 May 12;18(5):1051. doi: 10.3390/ijms18051051.
9. Li CP, Chen CC, Hsiao Y, Kao CH, Chen CC, Yang HJ, Tsai RY. The Role of Lactobacillus plantarum in Reducing Obesity and Inflammation: A Meta-Analysis. Int J Mol Sci. 2024 Jul 11;25(14):7608. doi: 10.3390/ijms25147608.
10. Maghsoumi-Norouzabad L, Bagherzadeh-Karimi A, Aliakbari Majd S, Hosseini L, Shahi F. The Effects of Prebiotic Dietary Fibers, Probiotics, and Synbiotics on Gut Permeability and Immunity: A Systematic Review. Iran J Med Sci. 2025 Aug 1;50(8):500-529. doi: 10.30476/ijms.2024.102363.3525.
11. Oami, T., Shimazui, T., Yumoto, T. et al. Gut integrity in intensive care: alterations in host permeability and the microbiome as potential therapeutic targets. j intensive care 13, 16 (2025). https://doi.org/10.1186/s40560-025-00786-y.
12. Polanco V, Cerdá-Bernad D, Quispe-Fuentes I, Bernal C, López J. Bioactive Content and Antioxidant Properties of Spray-Dried Microencapsulates of Peumus boldus M. Leaf Extracts. Antioxidants (Basel). 2024 Dec 20;13(12):1568. doi: 10.3390/antiox13121568.
13. Porro C, Benameur T, Cianciulli A, Vacca M, Chiarini M, De Angelis M, Panaro MA. Functional and Therapeutic Potential of Cynara scolymus in Health Benefits. Nutrients. 2024 Mar 17;16(6):872. doi: 10.3390/nu16060872.
14. Redondo-Cuevas L, Belloch L, Martín-Carbonell V, Nicolás A, Alexandra I, Sanchis L, Yñfante M, Colmenares M, Mora M, Liebana AR, Antequera B, Grau F, Molés JR, Cuesta R, Díaz S, Sancho N, Tomás H, Gonzalvo J, Jaén M, Sánchez E, Garayoa A, Moreno N, Gallén A, Cortés-Castell E, Cortés-Rizo X. Do Herbal Supplements and Probiotics Complement Antibiotics and Diet in the Management of SIBO? A Randomized Clinical Trial. Nutrients. 2024 Apr 7;16(7):1083. doi: 10.3390/nu16071083.
15. Ricci C, Rizzello F, Valerii MC, Spisni E, Gionchetti P, Turroni S, Candela M, D'Amico F, Spigarelli R, Bellocchio I, Marasco G, Barbara G. Geraniol Treatment for Irritable Bowel Syndrome: A Double-Blind Randomized Clinical Trial. Nutrients. 2022 Oct 10;14(19):4208. doi: 10.3390/nu14194208.
16. Roszkowska P, Klimczak E, Ostrycharz E, Rączka A, Wojciechowska-Koszko I, Dybus A, Cheng YH, Yu YH, Mazgaj S, Hukowska-Szematowicz B. Small Intestinal Bacterial Overgrowth (SIBO) and Twelve Groups of Related Diseases-Current State of Knowledge. Biomedicines. 2024 May 7;12(5):1030. doi: 10.3390/biomedicines12051030.
17. Sivri D, Şeref B, Şare Bulut M, Gezmen Karadağ M. Evaluation of the Effect of Probiotic Supplementation on Intestinal Barrier Integrity and Epithelial Damage in Colitis Disease: A Systematic Review. Nutr Rev. 2025 Jul 1;83(7):e1782-e1797. doi: 10.1093/nutrit/nuae180.
18. Tinazzi M, Sacilotto A, Cocetta V, Giacomini I, Raso F, Bulferi G, De Togni H, Lanza R, Consolo P, Berretta M, Montopoli M. Bowel Inflammation and Nutrient Supplementation: Effects of a Fixed Combination of Probiotics, Vitamins, and Herbal Extracts in an In Vitro Model of Intestinal Epithelial Barrier Dysfunction. Yale J Biol Med. 2024 Sep 30;97(3):297-308. doi: 10.59249/JOMF5336.
19. Velasco-Aburto S, Llama-Palacios A, Sánchez MC, Ciudad MJ, Collado L. Nutritional Approach to Small Intestinal Bacterial Overgrowth: A Narrative Review. Nutrients. 2025 Apr 23;17(9):1410. doi: 10.3390/nu17091410.
20. Zalewski BM, Szajewska H. Effect of glucomannan supplementation on body weight in overweight and obese children: protocol of a randomised controlled trial. BMJ Open. 2015 Apr 13;5(4):e007244. doi: 10.1136/bmjopen-2014-007244.
21. Xu Y, He P, He B, Chen Z. Bioactive flavonoids metabolites in citrus species: their potential health benefits and medical potentials. Front Pharmacol. 2025 Mar 3;16:1552171. doi: 10.3389/fphar.2025.1552171.
22. Wang Z, Hu J, Yang X, Yin L, Wang M, Yin Y, Li J, Yang H, Yin Y. N-Acetyl-D-glucosamine improves the intestinal development and nutrient absorption of weaned piglets via regulating the activity of intestinal stem cells. Anim Nutr. 2022 Mar;8(1):10-17. doi: 10.1016/j.aninu.2021.04.008.
23. Wu, M., Tian, C., Zou, Z., Jin, M., & Liu, H. (2024). Gastrointestinal Microbiota in Gastric Cancer: Potential Mechanisms and Clinical Applications—A Literature Review. Cancers, 16(20), 3547. https://doi.org/10.3390/cancers16203547.

Comercial
orcamentos@farmaciaholistica.com.br
(013) 9 9781-7086
(013) 9 9781-7086

Unidade Santos - Gonzaga
Av. Mal. Deodoro, 80
Gonzaga, Santos – SP, 11060-400

Unidade Santos - Epitácio
Av. Dr. Epitácio Pessoa, 52
Boqueirão, Santos – SP, 11045-300

Unidade Santos - Aparecida
R. Alexandre Martins, 73
Aparecida Santos - SP, 11025-201

Unidade Praia Grande - Boqueirão
Av. Pres. Costa e Silva, 552
Boqueirão, Praia Grande - SP, 11700-005

Unidade Praia Grande - Vila Caiçara
Av. Pres. Kennedy, 13080
Vila Caiçara, Praia Grande - SP, 11707-000

Holística
Manipulação, Saúde e Bem-Estar
holisticamanipulacao

Material desenvolvido com a colaboração da Collabe