



## Wirkungsweise

### Liebe Anwenderinnen und Anwender,

Sie haben mit formoline L112 ein deutsches Qualitätsprodukt erworben, das Ihnen einen gut verträglichen und alltagstauglichen Weg eröffnen kann abzunehmen und erhöhtes Cholesterin zu senken.

Übergewicht und Adipositas entstehen durch ein Zuviel an energiereicher Nahrung. Zur Bekämpfung von Übergewicht ist deshalb eine kalorienreduzierte Ernährung die Basis. Da ein Gramm Fett etwa die doppelte Kalorienmenge enthält wie ein Gramm Kohlenhydrate oder ein Gramm Eiweiß, ist eine geringere Aufnahme von Nahrungsfetten ein effektiver Weg um abzunehmen und das Gewicht zu halten. Vielen Menschen fällt die Umstellung von einer fettreichen Ernährung auf eine fettarme Ernährung sehr schwer, weil Fett auch ein Geschmacksträger ist.

Der Hauptinhaltsstoff von formoline L112 ist der unverdauliche Wirk-Ballaststoff Polyglucosamin L112. Er ist natürlichen Ursprungs und kann aufgrund seiner Struktur große Mengen an Lipiden, also Fetten, Fettsäuren und Cholesterin, im Verdauungstrakt binden. Die gebundenen Nahrungsfette können nicht aufgenommen werden, und die darin enthaltenen Kalorien stehen dadurch dem Körper nicht zur Verfügung.

So unterstützt formoline L112 Sie bei der Kalorienreduktion und auf Ihrem Weg zu einer angemessenen Ernährung. Mit formoline L112 ist es möglich bei moderater Diät Abnehmerfolge zu erzielen.

Gesundheitlichen Nutzen bringt schon eine Gewichtsabnahme von 5%. Sie kommen damit nicht nur Ihrem Schönheitsideal näher, sondern senken auch die Risikofaktoren für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, und ein geringeres Gewicht belastet und verschleißt auch Ihre Gelenke weniger.

Die Einnahme von Polyglucosamin L112 bewirkt eine signifikant stärkere und schnellere Gewichtsreduktion (ca. 50% mehr) als die Einnahme eines Placebos (ohne Wirkstoff) unter den gleichen Bedingungen einer moderaten Diät. Das belegen mehrere Studien mit Placebo-Kontrollgruppe.

Beispielsweise konnte gezeigt werden, dass gut die Hälfte der Patienten mit einer leichten Diät und L112 das 5%-Ziel schon nach drei Monaten erreichte, fast alle (98%) nach sechs Monaten. **Innerhalb von einem Jahr nahmen die Patienten mit L112 durchschnittlich über 12 kg ab.** Der Taillenumfang verringerte sich um ca. 13 cm, das entspricht 3 Kleidergrößen. Zusätzlich entwickelten sich die Blutwerte, die als Risikofaktoren von Herz-Kreislauf-Erkrankungen angesehen werden, signifikant besser als in der Kontrollgruppe. Das als kritisch angesehene LDL-Cholesterin ging in dieser Studie um 12,9% zurück.

Eine Gewichtsreduktion und die Verbesserung der Blutfettwerte wirken sich positiv auf Ihre mittel- und langfristige Gesundheitsprognose aus. Es lohnt sich, das Ziel einer nachhaltigen Gewichtsreduktion konsequent zu verfolgen.

### Viel Erfolg dabei!

PS: formoline L112 beeinflusst vor allem Übergewicht, das durch fettreiche Ernährung wie fettes Fleisch, Wurst, Butter, Käse, Chips, Nüsse, Kuchen oder Frittiertes bedingt ist. Zuckerreiche Lebensmittel, beispielsweise kalorienreiche Getränke wie Softdrinks, oder Alkohol sollten nur wenig konsumiert werden, da die enthaltenen Kalorien dem Körper voll zur Verfügung stehen. Parallel zur Therapie mit formoline L112 also nicht vergessen, auf eine ausgewogene, kalorienreduzierte, gesunde Ernährung zu achten!

**Extra Tipp:** Bewegung tut gut! Bringen Sie Ihren Körper mit mehr Alltagsbewegung und Sport in Schwung. Danach fühlen Sie sich besser und haben mehr Kalorien verbraucht!

## Anwender

formoline L112 ist für Erwachsene mit Übergewicht oder Adipositas bestimmt, die ihr LDL-Cholesterin senken und ihr Gewicht durch eine Verminderung der Kalorienaufnahme reduzieren wollen.

### Habe ich überhaupt Übergewicht?

Erwachsene gelten ab einem BMI (Body Mass Index) von 25 als übergewichtig. Die Berechnungsformel lautet:  $BMI = (\text{Körpergewicht in kg}) / (\text{Körpergröße in m})^2$ .

Sie können auch mit der folgenden Tabelle bestimmen, ob Sie im Verhältnis zur Körpergröße ein normales Gewicht haben oder übergewichtig sind. Falls Sie nicht übergewichtig sind, ist formoline L112 nicht nötig.

Körpergröße	Übergewicht ab
1,50 m	56,5 kg
1,55 m	60,5 kg
1,60 m	64,0 kg
1,65 m	68,5 kg
1,70 m	72,5 kg
1,75 m	77,0 kg
1,80 m	81,0 kg
1,85 m	86,0 kg
1,90 m	90,5 kg
1,95 m	96,0 kg

## Gegenanzeigen

### formoline L112 sollte nicht eingenommen werden von:

- Personen mit einer bekannten Allergie gegen Krebstiere oder einen der Inhaltsstoffe,
- Personen mit Untergewicht ( $BMI < 18,5 \text{ kg/m}^2$ ),
- Schwangeren und in der Stillzeit,
- Personen mit chronischer Verstopfung, Darmverschluss etc. und
- bei langfristigem Gebrauch von Medikamenten, die die Darmtätigkeit reduzieren.

### formoline L112 sollte in folgenden Fällen nur nach Rücksprache mit einem Arzt eingenommen werden:

- langfristiger Medikamenteneinnahme,
- ernsthaften Magen-Darm-Erkrankungen und nach Operationen im Magen-Darm-Trakt,
- Hochbetagten (über 80 Jahre).

## Wechselwirkungen

Aufgrund der Fettbindungskapazität von formoline L112 können neben Nahrungsfetten auch (fettlösliche) Arzneimittel-wirkstoffe (wie z.B. Antiepileptika, Blutverdünnungsmittel, Hormonpräparate, Pille zur Empfängnisverhütung) oder fettlösliche Vitamine (A, D, E, K) gebunden werden. Die Verfügbarkeit fettlöslicher (lipophiler) Wirkstoffe kann vermindert sein. In diesem Fall wird empfohlen, einen Zeitabstand von mindestens vier Stunden zur Einnahme von formoline L112 einzuhalten.

Zu vitaminreichen Mahlzeiten (z. B. Salat, Gemüse) mit hochwertigen Ölen bzw. Omega-3-Fettsäuren (Lachs etc.) wird die Einnahme von formoline L112 nicht empfohlen, da fettlösliche Vitamine und essentielle Fettsäuren teilweise gebunden werden können.

## Versehentliche Überdosierung

Erhöhen Sie Ihre Trinkmenge, da Nebenwirkungen vorwiegend bei zu geringer Flüssigkeitsaufnahme beobachtet werden. Der Wirk-Ballaststoff in formoline L112 kann auch in höheren Mengen als verträglich angesehen werden. Setzen Sie vorsorglich die Einnahme aus und beobachten Sie, wie Ihre Verdauung reagiert.

## Nebenwirkungen

Durch die Einnahme von formoline L112 kann es vorübergehend zu einer Veränderung der Stuhlkonsistenz kommen. In sehr seltenen Fällen wurden Verdauungsprobleme (Verstopfungen, Blähungen, Völlegefühl) vorwiegend bei zu geringer Flüssigkeitsaufnahme gemeldet.

Allergische Reaktionen auf einen der Inhaltsstoffe oder bei einer bestehenden Allergie gegen Hausstaubmilben sind in sehr seltenen Fällen möglich (Symptome können sein: Hautausschlag, Schwellungen, Juckreiz, Übelkeit, Erbrechen, Durchfall).

Insgesamt darf formoline L112 als sehr gut verträglich bezeichnet werden.

Sollten Neben- oder Wechselwirkungen auftreten, wird empfohlen, formoline L112 abzusetzen und gegebenenfalls einen Arzt oder Apotheker zu befragen.

### Meldung von schwerwiegenden Nebenwirkungen:

Wenn Sie im Zusammenhang mit der Verwendung von formoline L112 eine schwerwiegende Verschlechterung Ihres Gesundheitszustands bemerken, melden Sie diese dem Hersteller Certmedica International GmbH, und der zuständigen Behörde **Ministère de la Santé**, Direction de la Santé, 20, rue de Bitbourg, L-1273 Luxembourg; meddevices.vigilance@ms.etat.lu

## Dauer der Einnahme

formoline L112 kann langfristig eingenommen werden.

Wenn Sie nach 12 Wochen der Anwendung von formoline L112 keine Gewichtsabnahme oder Senkung Ihres Cholesterinwertes feststellen können, fragen Sie bitte Ihren Arzt oder Apotheker um Rat.

## Lipidbinder

### zur Gewichtsreduktion

### zur Gewichtskontrolle

mit LDL-Cholesterin senkendem Begleit-Effekt

formoline L112 reduziert die Verdaulichkeit von Lipiden durch physikalische Bindung und führt so zu einer reduzierten Kalorienaufnahme. Dadurch unterstützt es die Gewichtsreduktion, die Aufrechterhaltung der Gewichtsabnahme und die Senkung des LDL-Cholesterins.

## Indikation

Zur Behandlung von Übergewicht und Adipositas.

formoline L112 ist für Erwachsene mit einem Body-Mass-Index (BMI) über 25 in Verbindung mit einer kalorienreduzierten Ernährung bestimmt.

## Zusammensetzung

Wirk-Ballaststoff Polyglucosamin L112 (73%): Spezifikation L112 von  $\beta$ -1,4-Polymer aus D-Glucosamin und N-Acetyl-D-Glucosamin aus Krebstierpanzer  
Hilfsstoffe: Ascorbinsäure, Weinsäure, Tablettierhilfsstoffe (Cellulose pflanzlich, Croscarmellose-Natrium, Magnesiumstearat pflanzlich, Povidon, Siliciumdioxid)

## Einnahmeempfehlung

**2x täglich 2 Tabletten**  
formoline L112 **zu den beiden Mahlzeiten mit dem höchsten Fettgehalt** einnehmen.

Die Tabletten unterkaut zusammen mit reichlich kalorienarmer Flüssigkeit (mind. 250 ml) einnehmen, um den Transport in den Magen zu gewährleisten. Da es sich bei formoline L112 um ein ballaststoffreiches Präparat handelt, achten Sie auf eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr von mindestens 2 Litern täglich.

Um den Bedarf an essentiellen Fettsäuren sowie fettlöslichen Vitaminen (A, D, E und K) sicherzustellen, raten wir formoline L112 nur zu 2 von 3 Hauptmahlzeiten einzunehmen. Dazu sollte täglich mindestens eine Mahlzeit mit hochwertigen Ölen verzehrt werden, die den Organismus mit den fettlöslichen Vitaminen sowie essentiellen Fettsäuren versorgt. Ein Multivitaminpräparat kann den Bedarf an Vitaminen ebenfalls ergänzen.

Zur Gewichtskontrolle kann die Dosis auf 2 Tabletten täglich reduziert werden.

## Aufbewahrung



Außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren.



Zwischen 4 und 25°C lagern.



Verfalldatum beachten



Trocken aufbewahren

Es wird empfohlen die formoline L112 Tabletten bis zur Einnahme im Blister aufzubewahren.

## Hinweise

Entsorgen Sie die Verpackung und nicht verbrauchte Tabletten nach den Vorgaben der öffentlichen Abfallentsorgung.



Medizinprodukt



mit Ballaststoff tierischer Herkunft

Den Kurzbericht über Sicherheit und klinische Leistung finden Sie unter [www.certmedica.com/SSCP](http://www.certmedica.com/SSCP).

## formoline L112

Rezeptfrei in Apotheken erhältlich

## Packungsgrößen:

**formoline L112** 48 Tabletten, 80 Tabletten, 160 Tabletten

Weitere Informationen: [www.formoline.de](http://www.formoline.de)

Hergestellt in Deutschland



**certmedica  
International GmbH**

Hersteller:  
Certmedica International GmbH  
Magnolienweg 17, 63741 Aschaffenburg, Deutschland, BY  
kontakt@formoline.de



Vertrieb:  
HANFF Global Health Solutions s.à r.l.  
53-54, ZA Triangle Vert, L-5691 Ellange  
[www.hanff.lu](http://www.hanff.lu)

Ausstellungsdatum der Gebrauchsanweisung: 2022-04



## Mécanisme d'action

### Chère utilisatrice, cher utilisateur,

Avec formoline L112, vous avez fait l'acquisition d'un produit de qualité allemande qui vous offre un moyen, bien toléré et intégré dans votre quotidien, de maigrir et de faire baisser votre taux de cholestérol.

Le surpoids et l'adiposité sont provoqués par une consommation excessive d'aliments caloriques. La lutte contre le surpoids passe donc nécessairement par la réduction de l'apport en calories. Puisqu'un gramme de matière grasse contient environ deux fois plus de calories qu'un gramme de glucides ou de protéines, la réduction de l'ingestion de graisses alimentaires est un moyen efficace pour maigrir et stabiliser son poids. De nombreuses personnes éprouvent énormément de difficultés à passer d'une alimentation riche en graisses à une alimentation pauvre en graisses, notamment parce que les graisses apportent également des saveurs.

Le composant principal de formoline L112 est la polyglucosamine L112, fibre active non assimilable par l'organisme. D'origine naturelle, elle peut, grâce à sa structure, fixer une grande partie des lipides, c'est-à-dire des graisses, des acides gras et du cholestérol parvenant dans le système digestif. Les graisses alimentaires liées ne peuvent plus être absorbées et les calories qu'elles contiennent ne sont donc plus assimilables par le corps.

Ainsi, formoline L112 vous accompagne dans la réduction de vos apports caloriques et dans votre cheminement vers une alimentation adaptée. Avec formoline L112, il est possible de cibler une perte de poids réussie avec un régime modéré.

Une perte de poids de 5% est déjà bénéfique pour la santé. En maigrissant, vous vous rapprochez de votre idéal de beauté et réduirez les facteurs de risque mis en cause dans l'apparition des maladies cardiovasculaires. Par ailleurs, une masse corporelle plus faible pèse moins sur vos articulations et les use moins.

La prise de polyglucosamine L112 induit une perte de poids significativement plus marquée et plus rapide (env. 50% de plus) que la prise d'un placebo (sans substance active), dans les mêmes conditions de régime modéré.

Cette efficacité a été prouvée dans le cadre de plusieurs études incluant des groupes témoins sous placebo.

Par exemple, il a été démontré qu'en associant un régime léger à la prise de L112, une bonne moitié des patients a atteint cet objectif des 5% après seulement trois mois et presque tous les patients (98%) après six mois. **En une année, les patients ont perdu en moyenne 12 kg avec L112.** Ils ont perdu environ 13 cm de tour de taille, ce qui correspond à 3 tailles de vêtement. De plus, leurs analyses sanguines se sont révélées meilleures que celles du groupe témoin en ce qui concerne les facteurs de risque de maladies cardiovasculaires. Enfin, dans cette étude, les taux de cholestérol LDL considérés critiques ont reculé de 12,9%.

La perte de poids et l'amélioration du taux de cholestérol sont bénéfiques sur votre santé à moyen et à long terme. Il est important d'atteindre et de pérenniser votre objectif de perte de poids.

### Nous vous souhaitons d'y parvenir !

PS : formoline L112 affecte surtout le surpoids occasionné par une alimentation riche en graisses comme la viande grasse, la charcuterie, le beurre, le fromage, les chips, les noix/noisettes, les gâteaux ou les aliments frits. D'autres aliments, comme les boissons caloriques (sodas et alcools), doivent faire l'objet d'une consommation réduite car les calories qu'ils contiennent sont entièrement disponibles pour le corps. En parallèle du traitement avec formoline L112, il faut donc veiller à équilibrer son alimentation, en optant pour des ingrédients sains et pauvres en calories !

**Conseil supplémentaire :** L'exercice physique est très bénéfique ! Mettez votre corps en mouvement en bougeant plus au quotidien et en pratiquant un sport. Vous vous sentirez mieux ensuite et aurez brûlé plus de calories !

## Adsorbant lipidique

### pour la perte de poids

### pour le contrôle du poids

avec effet concomitant sur la diminution du taux de cholestérol LDL  
formoline L112 réduit l'absorption des lipides par formation de liaisons physiques pour réduire les apports caloriques. Ainsi, il renforce la perte de poids, contribue au maintien du processus de perte de poids et permet la diminution du taux de cholestérol LDL.

## Indications

Pour le traitement du surpoids et de l'adiposité.

formoline L112 est destiné aux personnes adultes avec un indice de masse corporelle (IMC) supérieur à 25, en association avec une réduction de l'apport calorique alimentaire.

## Composition

Fibre active de polyglucosamine L112 (73%) : spécification L112 de  $\beta$ -1,4-polymère de D-glucosamine et N-acétyl-D-glucosamine provenant de carapaces de crustacés

Excipients : acide ascorbique, acide tartrique, excipients pour comprimés (cellulose végétale, croscarmellose sodique, stéarate de magnésium végétal, polyvinylpyrrolidone, dioxyde de silicium)

## Posologie recommandée

### 2 comprimés 2 fois par jour

Prendre formoline L112 **au cours des deux repas les plus riches en graisses.**

Avaler les comprimés ensemble, sans les croquer, avec une grande quantité d'une boisson pauvre en calories (minimum 250 ml) pour garantir le transport des comprimés jusque dans l'estomac. formoline L112 étant une préparation riche en fibres, l'apport de liquide quotidien doit être de 2 litres/jour minimum.

Pour couvrir les besoins en acides gras essentiels et en vitamines liposolubles (A, D, E et K), nous recommandons de ne prendre formoline L112 que lors de 2 des 3 repas principaux. De plus, il faut consommer au moins un repas riche en bonnes huiles afin de fournir à l'organisme les vitamines liposolubles et les acides gras essentiels nécessaires. Une préparation multivitaminée peut également compléter les besoins journaliers en vitamines.

Pour garder le contrôle de son poids, la posologie peut être réduite à 2 comprimés par jour.

## Utilizadores

formoline L112 est formulé pour les adultes souffrant de surpoids ou d'adiposité qui veulent perdre du poids et réduire leur taux de cholestérol LDL par le biais d'une diminution des apports caloriques.

## Suis-je vraiment en surpoids ?

Un adulte est considéré en surpoids dès lors qu'il atteint un IMC (indice de masse corporelle) égal à 25. La formule pour calculer son IMC est la suivante :  $IMC = (\text{poids corporel en kg}) / (\text{taille en m})^2$ .

Vous pouvez aussi vous aider du tableau suivant pour déterminer si votre poids est normal par rapport à votre taille ou si vous êtes en surpoids. Si vous n'êtes pas en surpoids, alors formoline L112 n'est pas utile pour vous.

Taille	En surpoids à partir de
1,50 m	56,5 kg
1,55 m	60,5 kg
1,60 m	64,0 kg
1,65 m	68,5 kg
1,70 m	72,5 kg
1,75 m	77,0 kg
1,80 m	81,0 kg
1,85 m	86,0 kg
1,90 m	90,5 kg
1,95 m	96,0 kg

## Contre-indications

### formoline L112 ne doit pas être utilisé par :

- les personnes souffrant d'une allergie connue aux crustacés ou à l'un des ingrédients,
- les personnes en insuffisance pondérale (IMC < 18,5 kg/m<sup>2</sup>),
- les femmes enceintes et allaitantes,
- les personnes souffrant de constipation chronique, d'occlusion intestinale, etc. et
- les personnes suivant un traitement de fond réduisant la fonction intestinale.

### formoline L112 ne doit être pris qu'après avoir consulté un médecin dans les cas suivants :

- traitement médicamenteux de fond,
- maladies graves du système gastro-intestinal et après une opération du système gastro-intestinal,
- personnes très âgées (au-delà de 80 ans).

## Interactions

Du fait de sa capacité élevée de liaison aux lipides, formoline L112 peut potentiellement lier toutes les graisses, mais aussi les substances médicamenteuses à caractère liposoluble (par ex. les anti-épileptiques, les médicaments qui fluidifient le sang, les préparations hormonales, les pilules contraceptives) et les vitamines liposolubles (vitamines A, D, E, K). Par conséquent, la disponibilité des substances actives solubles dans la graisse (lipophiles) peut être réduite. Pour cette raison, il est recommandé de respecter un délai minimum de quatre heures entre la prise de formoline L112 et celle de ce type de médicaments.

La prise de formoline L112 est déconseillée lors des repas riches en vitamines (par ex. salade, légumes) avec de bonnes huiles et/ou des acides gras oméga-3 (saumon, etc.), car les vitamines liposolubles et les acides gras essentiels pourraient être partiellement liés.

## Surdosage accidentel

Buvez en plus grande quantité car les effets secondaires sont majoritairement observés en cas de consommation trop faible de liquides. Les fibres actives contenues dans formoline L112 peuvent être considérées bien tolérées même en quantités importantes. Interrompez la prise du traitement à titre préventif et observez les effets sur votre digestion.

## Effets secondaires

La prise de formoline L112 peut modifier temporairement la consistance des selles. Dans de très rares cas, principalement en cas d'apport de liquide insuffisant, des problèmes digestifs (constipation, flatulences, sensation de réplétion) ont été rapportés. Des réactions allergiques à l'un des ingrédients sont possibles dans de très rares cas ; ou en cas d'allergie avérée aux acariens (symptômes possibles : éruptions cutanées, gonflements, démangeaisons, nausées, vomissements, diarrhée).

D'une manière générale, formoline L112 peut cependant être considéré très bien toléré.

En cas d'apparition de l'un des effets indésirables ou de l'une des interactions médicamenteuses décrits, il est conseillé d'arrêter la prise de formoline L112 et, le cas échéant, de demander conseil à un médecin ou pharmacien.

## Signalement d'effets secondaires graves :

Si vous constatez une dégradation importante de votre état de santé en relation avec l'utilisation de formoline L112, veuillez en informer le fabricant Certmedica International GmbH, et l'autorité concernée **Ministère de la Santé**, Direction de la Santé, 20, rue de Bitbourg, L-1273 Luxembourg; meddevices.vigilance@ms.etat.lu

## Durée du traitement

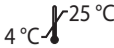
formoline L112 peut être utilisé de façon prolongée.

Si, après 12 semaines de prise de formoline L112, vous ne constatez aucune perte de poids ni baisse de votre taux de cholestérol, veuillez demander conseil à votre médecin ou votre pharmacien.

## Conservation



Tenir hors de la portée des enfants.



Conservé entre 4 et 25 °C.



Respecter la date de péremption



Conservé dans un endroit sec

Il est recommandé de conserver les comprimés de formoline L112 sous blister jusqu'à leur utilisation.

## Remarque

L'emballage et les comprimés non utilisés doivent être traités conformément aux directives officielles sur l'élimination des déchets.



Dispositif médical



avec fibres d'origine animale

Pour plus de détails sur les résultats des études, consultez le résumé sur la sécurité et les performances cliniques sur [www.certmedica.com/SSCP](http://www.certmedica.com/SSCP).

## formoline L112

Disponible sans ordonnance en pharmacie

## Conditionnements :

**formoline L112** 48 comprimés, 80 comprimés, 160 comprimés

Autres informations : [www.formoline.de](http://www.formoline.de)

Fabriqué en Allemagne



**certmedica International GmbH**

Fabricant :  
Certmedica International GmbH  
Magnolienweg 17, 63741 Aschaffenburg, Deutschland, BY  
kontakt@formoline.de



Distribution :  
HANFF Global Health Solutions s.à r.l.  
53-54, ZA Triangle Vert, L-5691 Ellange  
[www.hanff.lu](http://www.hanff.lu)

Date de création de la notice d'utilisation : 2022-04

# formoline L112

# Folheto informativo



Leia com atenção estas instruções de utilização antes de tomar formoline L112.

## Mecanismo de ação

### Caro(a) utilizador(a),

Com formoline L112 adquiriu um produto de qualidade alemã que lhe permite perder peso e baixar o colesterol elevado de forma simples e adequada para o seu dia a dia.

O excesso de peso e a obesidade resultam da ingestão de alimentos demasiado energéticos. Por conseguinte, para combater a obesidade, a base é uma dieta com restrição calórica. Uma vez que um grama de gordura contém cerca do dobro da quantidade de calorias que um grama de hidratos de carbono ou um grama de proteínas, a ingestão reduzida de gorduras alimentares é uma forma eficaz de perder peso e mantê-lo. Muitas pessoas têm muita dificuldade em mudar de uma dieta rica em gordura para uma dieta pobre em gordura, porque a gordura também confere sabor.

O ingrediente principal de formoline L112 é a fibra alimentar ativa indigestível poliglucosamina L112. A sua origem é natural e devido à sua estrutura pode aglutinar grandes quantidades de lipídios, ou seja, gorduras, ácidos gordos e colesterol, no trato digestivo. As gorduras dietéticas aglutinadas não podem ser absorvidas, pelo que as calorias que estas contêm não ficam disponíveis no organismo.

formoline L112 apoia-o assim na redução de calorias e no seu caminho para uma dieta adequada. Com formoline L112 é possível obter sucesso na perda de peso com uma dieta moderada.

5% de perda de peso é já suficiente para trazer benefícios para a saúde. Perder peso não só o aproxima do seu ideal de beleza, como também reduz os fatores de risco de doenças cardiovasculares, além de que um peso mais baixo não sobrecarrega as articulações e evita o desgaste das mesmas.

A ingestão de poliglucosamina L112 resulta numa perda de peso significativamente maior e mais rápida (cerca de 50% superior) do que a ingestão de um placebo (sem substância ativa) sob as mesmas condições de uma dieta moderada. Isto é comprovado por vários estudos com o grupo de controlo de placebo.

Por exemplo, foi demonstrado que mais de metade dos doentes com uma dieta leve e L112 atingiu o objetivo de 5% após apenas três meses, e quase todos os doentes (98%) após seis meses. **No espaço de um ano, os doentes perderam em média mais de 12 kg com L112.** A circunferência da cintura diminuiu cerca de 13 cm, o equivalente a 3 tamanhos de vestuário. Além disso, os níveis sanguíneos, que são considerados fatores de risco de doenças cardiovasculares, melhoraram significativamente em relação ao grupo de controlo. O colesterol LDL, que é considerado crítico, diminuiu 12,9% neste estudo.

A perda de peso e a redução do teor de lipídios sanguíneos têm um impacto positivo no seu prognóstico de saúde a médio e longo prazo. Vale a pena perseguir consistentemente o objetivo de uma perda de peso sustentável.

### Boa sorte!

PS: formoline L112 atua, essencialmente, sobre o excesso de peso provocado por uma alimentação rica em gorduras, como carnes gordas, salsichas, manteiga, queijo, batatas fritas, frutos secos (oleaginosas), bolos ou alimentos fritos. Os alimentos ricos em açúcar, por exemplo, bebidas com elevado teor calórico, tais como refrigerantes ou álcool, só devem ser consumidos em pequenas quantidades, uma vez que as calorias que contêm estão totalmente disponíveis para o organismo. Paralelamente à terapia com formoline L112 é, portanto, necessário prestar atenção a uma dieta equilibrada, com redução de calorias e saudável!

**Dica extra:** O exercício é bom para si! Ponha o seu corpo em forma com mais exercício e desporto no dia a dia. Posteriormente, sentir-se-á melhor e terá queimado mais calorias!

## Utilizador

formoline L112 destina-se a adultos com excesso de peso ou obesos e que desejam reduzir o seu colesterol LDL e reduzir o seu peso, diminuindo a ingestão de calorias.

## Tenho excesso de peso?

Considera-se que os adultos têm excesso de peso se tiverem um IMC (índice de massa corporal) igual ou superior a 25. A fórmula de cálculo é:  $IMC = (\text{peso em kg}) / (\text{altura em m})^2$ .

Pode igualmente utilizar a tabela seguinte para determinar se está com um peso normal ou com excesso de peso em relação à sua altura. Se não tiver excesso de peso, não é necessário tomar formoline L112.

Altura	Excesso de peso a partir de
1,50 m	56,5 kg
1,55 m	60,5 kg
1,60 m	64,0 kg
1,65 m	68,5 kg
1,70 m	72,5 kg
1,75 m	77,0 kg
1,80 m	81,0 kg
1,85 m	86,0 kg
1,90 m	90,5 kg
1,95 m	96,0 kg

## Contraindicações

### formoline L112 não deve ser tomado por:

- personas com uma alergia conhecida a crustáceos ou a qualquer um dos ingredientes,
- personas com peso a menos (IMC < 18,5 kg/m<sup>2</sup>),
- mulheres grávidas e mulheres que estão a amamentar,
- personas com obstipação crónica, obstrução intestinal, etc. e
- no caso de uso prolongado de medicamentos que reduzem a atividade intestinal.

### formoline L112 só deve ser tomado após consulta com um profissional de saúde nos seguintes casos:

- medicação a longo prazo,
- doenças gastrointestinais graves e após operações no trato gastrointestinal,
- idosos (com mais de 80 anos de idade).

## Interações

Devido à capacidade de aglutinação de gorduras de formoline L112, não só as gorduras dietéticas, como também os ingredientes farmacêuticos ativos (lipossolúveis) (por exemplo, medicamentos antiépilepticos, anticoagulantes, preparações hormonais, pílula contraceptiva) ou as vitaminas lipossolúveis (A, D, E, K) podem ser aglutinados. A disponibilidade de substâncias ativas lipossolúveis (lipofílicas) pode ser reduzida. Neste caso, recomenda-se que seja observado um intervalo mínimo de quatro horas antes de tomar formoline L112.

Não é recomendado tomar formoline L112 com refeições ricas em vitaminas (por exemplo, saladas, vegetais), contendo óleos de alta qualidade ou ácidos gordos ómega-3 (salmão, etc.), uma vez que as vitaminas lipossolúveis e os ácidos gordos essenciais podem ser parcialmente aglutinados.

## Sobredosagem acidental

Aumente o consumo de líquidos, uma vez que os efeitos secundários são predominantemente observados com uma ingestão insuficiente de líquidos. A fibra alimentar ativa em formoline L112 pode ser considerada tolerável mesmo em quantidades mais elevadas. Como precaução, suspenda a ingestão e observe a forma como a sua digestão reage.

## Efeitos secundários

Tomar formoline L112 pode causar uma alteração temporária na consistência das fezes. Em casos muito raros, foram relatados problemas digestivos (obstipação, flatulência, inchaço) principalmente relacionados com a ingestão insuficiente de líquidos. Reações alérgicas a um dos componentes, ou no caso de alergia existente aos ácaros do pó da casa, são possíveis em casos muito raros (os sintomas podem incluir: erupção cutânea, inchaço, prurido, náuseas, vômitos, diarreia).

Contudo, formoline L112 é geralmente muito bem tolerado.

Se ocorrerem quaisquer efeitos secundários ou interações, recomenda-se a interrupção da administração de formoline L112 e a consulta de um médico ou farmacêutico, se necessário.

## Notificação de efeitos secundários graves:

Se notar uma deterioração grave da sua saúde relacionada com a utilização de formoline L112, informe o fabricante Certmedica International GmbH, e a autoridade competente **Ministère de la Santé**, Direction de la Santé, 20, rue de Bitbourg, L-1273 Luxembourg; meddevices.vigilance@ms.etat.lu

## Duração da administração

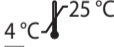
formoline L112 pode ser tomado a longo prazo.

Se após 12 semanas de administração de formoline L112 não notar qualquer perda de peso ou redução dos seus níveis de colesterol, consulte o seu médico ou farmacêutico.

## Armazenamento



Manter fora do alcance de crianças.



Armazenar entre 4 e 25 °C.



Observar a data de validade



Armazenar em local seco

Recomenda-se armazenar os comprimidos de formoline L112 no blister até à sua administração.

## Indicações

Eliminar as embalagens e comprimidos não utilizados de acordo com as diretrizes públicas de eliminação de resíduos.



Dispositivo médico



com fibra alimentar de origem animal

Para o resumo da segurança e do desempenho clínico, ver [www.certmedica.com/SSCP](http://www.certmedica.com/SSCP).

## formoline L112

Disponível sem receita médica nas farmácias

## Tamanho da embalagem:

**formoline L112** 48 comprimidos, 80 comprimidos, 160 comprimidos  
Outras informações: [www.formoline.de](http://www.formoline.de)

Fabricado na Alemanha



**certmedica International GmbH**

Fabricante:  
Certmedica International GmbH  
Magnolienweg 17, 63741 Aschaffenburg, Deutschland, BY  
kontakt@formoline.de



Venda:  
HANFF Global Health Solutions s.à r.l.  
53-54, ZA Triangle Vert, L-5691 Ellange  
[www.hanff.lu](http://www.hanff.lu)

Date de emissão das instruções de utilização: 2022-04