



## 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 lípidos, ou seja, gorduras, ácidos gordos e colesterol, no trato digestivo. As gorduras alimentares 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 lípidos 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!

## Aglutinante lipídico

■ para redução de peso

■ para controlo de peso

com efeito concomitante de redução do colesterol LDL

formoline L112 reduz a digestibilidade dos lípidos através de aglutinação, resultando numa absorção reduzida de calorias. Apoia assim a perda de peso, a manutenção da perda de peso e a redução do colesterol LDL.

## Indicação

Para tratamento do excesso de peso e da obesidade.

formoline L112 destina-se a adultos com um índice de massa corporal (IMC) superior a 25 em conjunto com uma dieta reduzida em calorias.

## Composição

Fibra alimentar ativa poliglucosamina L112 (73 %): Especificação L112 do polímero β-1,4 de D-glucosamina e N-acetil-D-glucosamina do exosqueleto dos crustáceos (caranguejo)

Excipientes: Ácido ascórbico, ácido tartárico, excipientes em comprimidos (celulose vegetal, croscarmelose de sódio, estearato de magnésio vegetal, povidona, dióxido de silício)

## Instruções de uso

**2 comprimidos 2 x por dia**

**Tomar formoline L112 com as duas refeições com o maior teor de gordura.**

Tomar os comprimidos sem mastigar com bastante líquido de baixo teor calórico (pelo menos 250 ml) para assegurar o transporte para o estômago. Como formoline L112 é um suplemento rico em fibras alimentares, é necessário garantir a ingestão adequada de pelo menos 2 litros de líquidos por dia.

Para garantir o consumo diário necessário de ácidos gordos essenciais, bem como de vitaminas lipossolúveis (A, D, E e K), aconselhamos tomar formoline L112 apenas em 2 das 3 refeições principais. Para este fim, deve ser ingerida diariamente pelo menos uma refeição com óleos de alta qualidade, o que fornece ao organismo as vitaminas lipossolúveis, bem como os ácidos gordos essenciais. Uma preparação multivitamínica também pode complementar o consumo diário necessário de vitaminas.

Para o controlo de peso, a dose pode ser reduzida para 2 comprimidos por dia.

## 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:

$$\text{IMC} = (\text{peso em kg}) / (\text{altura em m})^2$$

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:

- pessoas com uma alergia conhecida a crustáceos ou a qualquer um dos ingredientes,
- pessoas com peso a menos (IMC < 18,5 kg/m<sup>2</sup>),
- mulheres grávidas e mulheres que estão a amamentar,
- pessoas 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 alimentares, como também

os ingredientes farmacêuticos ativos (lipossolúveis) (por exemplo, medicamentos antiepilépticos, 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 INFARMED – Autoridade Nacional do Medicamento e Produtos de Saúde, I.P.

Edifício Tomé Pires, Av. do Brasil 53 Pavilhão 21A, Pavilhão 24, 1749-004 Lisboa <https://www.infarmed.pt/web/infarmed/notificar/denuncias>

## 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.



4 °C a 25 °C  
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.

**MD** Dispositivo médico **CE** 0123

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

64 comprimidos

Outras informações: [www.L112.com](http://www.L112.com)

Fabricado na Alemanha



Fabricante:  
Certmedica International GmbH  
Magnolienweg 17  
63741 Aschaffenburg, Alemanha  
[kontakt@formoline.de](mailto:kontakt@formoline.de)



Distribuição:  
Instituto Galénico -  
Produtos Farmacêuticos, SA  
Estrada da Granja do Marquês, 339B  
2710-450 Sintra  
<https://igalenico.pt/>

Data de emissão das instruções de utilização: 2022-04