

**TÉNGASE EN CUENTA QUE: ESTA NOTA DE PRENSA ESTÁ EMBARGADA HASTA EL LUNES 10 DE MARZO DE 2014**

## **NOTA DE PRENSA**

### **Alimentación de la microbiota intestinal: la nutrición y los probióticos son los factores claves para la salud digestiva**

**(10 de marzo de 2014) Se sabe que una dieta sana y equilibrada, así como los probióticos, ayudan a conservar la salud gastrointestinal durante bastante tiempo. Sin embargo, hasta hace poco no se han aclarado los mecanismos subyacentes. El creciente conocimiento promete seguir aclarando los efectos de nuestra alimentación diaria en la microbiota intestinal e indicar aplicaciones más definidas de los probióticos en el futuro próximo. Este fue uno de los temas presentados en la Cumbre Mundial 2014 sobre Microbiota intestinal para la salud celebrada en Miami, Florida, EEUU. Los días 8 y 9 de marzo de 2014, expertos líderes internacionales debatieron los últimos avances en investigación sobre microbiota y su impacto en la salud.**

“La dieta es un elemento fundamental a la hora de conservar nuestra salud intestinal, porque al comer y digerir, literalmente alimentamos nuestra microbiota intestinal y, por tanto, afectamos su diversidad y composición”, afirma el distinguido experto en microbiota, el Profesor Francisco Guarner (Universidad Hospital Vall d’Hebron, Barcelona, España). “Si se interrumpe este equilibrio, se pueden producir ciertos trastornos, incluyendo trastornos funcionales intestinales, enfermedades inflamatorias intestinales y otras enfermedades inmunomediadas, como enfermedad celíaca y ciertas alergias. Asimismo, algunos estados metabólicos como la diabetes de tipo 2, e incluso quizá trastornos del comportamiento como autismo y depresión, pueden estar relacionados con desequilibrios microbianos intestinales. Aunque la interrupción del equilibrio microbiano puede tener muchas causas (patógenos infecciosos o el uso de antibióticos, entre otros), el papel de nuestra alimentación y estilo de vida diarios es crucial. Por tanto, el mantenimiento de nuestra salud gastrointestinal está en nuestras manos en cierta medida”.

#### **¿Qué hace que los probióticos sean beneficiosos?**

¿Qué significa esto con respecto a nuestra dieta diaria? Según el Profesor Guarner, no se recomienda un consumo elevado de alimentos con grandes cantidades de grasas animales, así como las comidas grasientas y fritas, mientras que se ha demostrado que la dieta rica en verduras, ensaladas y fruta es beneficiosa para la salud digestiva en circunstancias normales. Lo mismo se aplica a los productos lácteos fermentados con contenido en probióticos. La Organización Mundial de la Salud (OMS) y la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) los definen como organismos vivos que, cuando se ingieren en cantidades adecuadas, proporcionan un efecto saludable al anfitrión.

“El reto crucial es determinar con claridad qué organismos son beneficiosos y tienen un efecto preventivo o terapéutico. Y en el caso de aquellos que pueden llamarse debidamente “probióticos”, debe definirse la gama de aplicaciones de forma más precisa de lo que se ha hecho hasta ahora”, afirma el Profesor Guarner.

Sin embargo, destaca que ya se han dado pasos importantes en este sentido: “Los mecanismos subyacentes al resultado beneficioso de los probióticos cada vez están más claros. A través de las distintas moléculas, los probióticos interactúan con el anfitrión a través de diversos mecanismos y vías. Algunos probióticos, por ejemplo, pueden contener patógenos: al mejorar la función de barrera intestinal, defienden al anfitrión de los microorganismos que causan las enfermedades y que intentan invadirlo”.

Según el Profesor Guarner, otros “servicios” útiles de los probióticos son el fortalecimiento del sistema inmune mediante la estimulación de los mecanismos inmunes dentro y fuera del intestino, ayudando así a regular la motilidad intestinal y actuando como componentes antiinflamatorios en el intestino con un impacto más allá de este. Una capacidad generalmente importante de los probióticos que afecta a varios trastornos digestivos consiste en mejorar la composición microbiana del intestino y conservar su estabilidad. Entretanto, sociedades médicas como la Organización Mundial de Gastroenterología (OMG) y la Sociedad Europea de Gastroenterología de Atención Primaria (ESPCG) han proporcionado a los doctores unas directrices para informales sobre qué probióticos tienen efectos beneficiosos en qué estados gastrointestinales.

### **Útiles ya en los primeros momentos de la vida**

Los probióticos tienen efectos beneficiosos en todas las etapas de la vida, también en las primeras. El Profesor Brent Polk (Universidad del Sur de California y el Hospital Infantil de Los Ángeles, California, EEUU) indica estudios que demuestran el efecto beneficioso de ciertos probióticos en gastroenteritis, cólicos, eczema, diarrea y enterocolitis necrosante (un estado en los niños prematuros que conlleva la muerte de los tejidos en ciertas zonas del intestino) en niños. Además, según distintos estudios de prevención, como el ampliamente estudiado *Lactobacillus rhamnosus*, pueden apoyar la prevención de las enfermedades en niños que tienden a tener una diversidad reducida de la microbiota por no tener una alimentación correcta, haber estado expuestos a antibióticos o que han nacido mediante cesárea. En todos estos casos, es probable que se retrase o se vea afectado el desarrollo de una microbiota intestinal rica y equilibrada.

Según apunta el profesor Polk, para el tratamiento de ciertos pacientes, como personas con inmunodeficiencias propensas a las infecciones asociadas a las bacterias, también puede ser aconsejable sustituir las bacterias probióticas por productos derivados probióticos. Ya se han conseguido los primeros logros en esta línea de investigación. El Profesor Polk y sus colegas identificaron una proteína soluble derivada de las bacterias probióticas (p40) de *Lactobacillus rhamnosus*, probada en ensayos con ratones. Pudieron demostrar que la sustancia derivada de probióticos evitaba una cierta forma de muerte celular, inducida por proteínas deficientes que normalmente regulan el crecimiento y la diferenciación celular, en las células epiteliales del colon. Puesto que la p40 activa receptores específicos de las células epiteliales intestinales, protege los intestinos de la inflamación.

Las comunidades microbianas que residen en el intestino humano y su impacto en la salud y las enfermedades de los seres humanos son una de las nuevas áreas de

investigación más apasionantes en la actualidad. Para abordar los avances más recientes en este campo en rápido desarrollo, se llevará a cabo una reunión de científicos y profesionales sanitarios de todo el mundo se unen en la Cumbre Mundial dedicada a la Microbiota intestinal para la salud en Miami, Florida, EEUU, los días 8 y 9 de marzo 2014. La cumbre fue organizada por la Sección de Microbiota intestinal y Salud de la Asociación Europea de Neurogastroenterología y Motilidad (ESNM) y el Instituto de la Asociación Americana de Gastroenterología (AGA), con el apoyo de Danone.

### **Información sobre la página web de Gut Microbiota For Health Experts Exchange**

La página de Experts Exchange [www.gutmicrobiotaforhealth.com](http://www.gutmicrobiotaforhealth.com), suministrada por la sección Gut Microbiota & Health de ESNM, es una plataforma en línea para profesionales y científicos de la salud, así como para todas las personas interesadas en dicho aspecto. Al tratarse de un medio abierto, independiente y participativo, es un servicio digital que fomenta el debate científico en el campo de la microbiota intestinal.

Tiene conexión con [www.gutmicrobiotaforhealth.com](http://www.gutmicrobiotaforhealth.com) y la cuenta en Twitter @GMFHx, y presenta el aporte de expertos de la comunidad médica y científica, por lo que contribuye activamente al intercambio en línea de información referente a la microbiota intestinal. **Siga @GMFHx en Twitter. Puede seguir la cobertura del evento en Twitter utilizando #GMFH2014**

### **Información sobre la sección Gut Microbiota & Health de ESNM**

ESNM son las siglas de European Society of Neurogastroenterology and Motility, miembro de United European Gastroenterology (UEG). La misión de la ESNM es defender los intereses de todos los profesionales de Europa que participan en el estudio de la neurobiología y la fisiopatología de la función gastrointestinal. La sección Gut Microbiota & Health se creó para fomentar el reconocimiento de los vínculos que existen entre la microbiota intestinal y la salud humana, con el fin de difundir el conocimiento y aumentar el interés por dicho tema. En la sección Gut Microbiota & Health pueden participar profesionales, investigadores y facultativos de todos los campos relacionados con la microbiota intestinal y la salud. [www.esnm.eu/gut\\_health/gut\\_micro\\_health.php?navId=68](http://www.esnm.eu/gut_health/gut_micro_health.php?navId=68)

### **Información sobre AGA**

La American Gastroenterological Association es la voz de referencia de la comunidad de gastroenterología. AGA, fundada en 1897, ha crecido hasta sumar más de 16.000 miembros de todas partes del mundo que participan en todos los aspectos de la ciencia, la práctica y el avance de la gastroenterología. El AGA Institute administra la práctica, la investigación y los programas educativos de la organización. [www.gastro.org](http://www.gastro.org)

### **Información sobre Danone y Gut Microbiota For Health**

Danone tiene la convicción de que el alimento desempeña un papel esencial en la salud humana por el efecto de la microbiota intestinal. Por esa razón, Danone apoya la Cumbre Mundial Gut Microbiota For Health y la plataforma web de Gut Microbiota For Health Experts Exchange con el objetivo de fomentar la investigación y el conocimiento en un sector tan prometedor, de acuerdo con su misión de "llevar la salud mediante los alimentos a tanta gente como sea posible". [www.danone.com](http://www.danone.com)

### **Contacto para la prensa:**

impressum health & science communication  
Robin Jeganathan, Frank von Spee  
Correo electrónico: [gutmicrobiota@impressum.de](mailto:gutmicrobiota@impressum.de)  
Tel.: +49 (0)40 – 31 78 64 10  
Fax: +49 (0)40 – 31 78 64 64