

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

## **NOTA DE PRENSA**

### **Síndrome del intestino irritable y distensión abdominal cuando la microbiota intestinal se desequilibra**

**(10 de marzo de 2014) El síndrome del intestino irritable (SII) es una de las enfermedades más extendidas en los países occidentales, provocando hasta el sesenta por ciento de la carga de trabajo de los especialistas gastrointestinales. Uno de los síntomas más frecuentes del SII es la distensión abdominal, que reduce considerablemente la calidad de vida puesto que a los pacientes les resulta especialmente molesto. Durante bastante tiempo se creyó que el SII se trataba de un estado psicológico principalmente.**

**“Contrariamente a este punto de vista, algunas averiguaciones recientes sugieren que el SII está relacionado con alteraciones de la microbiota intestinal claramente detectables. Además, la distensión abdominal puede relacionarse con tipos de dieta específicos, abriendo así prometedoras vías hacia un tratamiento eficaz de la enfermedad”, afirma el profesor Giovanni Barbara (Universidad de Bolonia, Italia). Este fue uno de los temas presentados en la Cumbre Mundial 2014 sobre Microbiota intestinal para la salud celebrada en Miami, 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.**

El SII es uno de los trastornos gastrointestinales más comunes que provoca diversos síntomas como dolor abdominal, movimientos intestinales que causan molestia y, casi en todos los pacientes, distensión abdominal. El SII afecta al 20% de la población de los países occidentales. Este estado representa hasta el 10% de la carga de trabajo de los médicos de familia y hasta el 60% de los especialistas gastroenterólogos. Entre la gama de problemas del SII, la distensión abdominal es el que más molesta a los pacientes.

#### **Un estado basado en la microbiota**

Durante bastante tiempo, la distensión abdominal y el SII en general se percibían como estados principalmente psicológicos que afectaban en mayor medida a pacientes mujeres y con ansiedad sin anomalías detectables en los intestinos. Por tanto, la carga de la enfermedad con frecuencia se atribuía a un trastorno imaginario y el tratamiento no era nada satisfactorio.

“Gracias a la nueva información de diagnóstico y un conocimiento de rápido crecimiento sobre la función y el papel de las comunidades microbianas que habitan en nuestros intestinos, nuestro punto de vista sobre el SII y sus causas ha cambiado considerablemente”, afirma el Profesor Barbara, Presidente de la Sociedad Europea de

Neurogastroenterología y Motilidad (ESNM). Según él, existen muchas evidencias que demuestran que el SII está relacionado con una composición desequilibrada de la microbiota intestinal. Esto significa que el sistema de comprobaciones y equilibrios entre las bacterias beneficiosas y potencialmente dañinas, que caracterizan la microbiota intestinal saludable, se ve trastornado en los pacientes con SII.

“Probablemente, el mejor ejemplo de esta interacción sea el descubrimiento de que los síntomas del SII se desarrollan en hasta un 10% de sujetos anteriormente sanos tras un solo episodio de gastroenteritis provocada por una infección a través de patógenos bacterianos como *Salmonella*, *Shigella* o *Campylobacter*, que trastornan gravemente el equilibrio microbiótico”, afirma el Profesor Barbara. Se deriva otro problema del hecho de que no solo las infecciones, sino los antibióticos que se utilizan como remedio pueden aumentar el riesgo de sufrir el SII; puesto que estos también pueden alterar la microbiota de una forma negativa.

### **La nutrición es la clave**

Otro factor importante es la nutrición. Los alimentos ricos en carbohidratos, especialmente la fibra, tienden a producir mayores cantidades de gases que una dieta sin estos ingredientes. En algunas personas, esto puede conllevar distensión abdominal y flatulencia recurrentes. El impacto potencialmente negativo de este tipo de nutrición se aplica especialmente a las personas que ya padecen el SII. Estudios recientes demuestran que una dieta “flatulogénica” (por ejemplo, el pan, cereales y repostería a base de trigo integral y las alubias, soja, maíz, guisantes, coles de Bruselas, coliflor, brócoli, col, apio, cebollas, puerros, ajo, alcachofas, higos, melocotones, uvas y ciruelas) induce cambios profundos en la microbiota de los pacientes con SII, prolongando e incrementando así los síntomas. Sin embargo, al mismo tiempo, la microbiota de los sujetos sanos permaneció estable y no se vio afectada por este tipo de dieta.<sup>1</sup>

“Por otro lado, estamos seguros de que las dietas con bajo contenido en fibra pueden mejorar estos síntomas significativamente. Investigaciones recientes sugieren que, en comparación con una dieta occidental normal, una dieta baja en los llamados “FODMAP” (oligosacáridos, disacáridos, monosacáridos y polioles fermentables) reduce los síntomas del SII, incluyendo la distensión abdominal, el dolor y el paso del viento”, comenta el Profesor Barbara.

Otra observación interesante que destaca el Profesor Barbara es que estos pacientes con SII que presentan síntomas intestinales evidentes también sufren cambios más profundos en la microbiota intestinal en comparación con otros pacientes cuya fisiología intestinal se ve menos trastornada, pero en su lugar combinados con trastornos del humor. Esto sugiere que los problemas del segundo grupo tienen unas bases más sociales y relacionadas con el humor, mientras que el estado de los pacientes que pertenecen al primer grupo tiene una base fundamentalmente fisiológica, SII correcto, por así decirlo.

¿Qué otros avances pueden esperar los doctores y pacientes? “Resulta increíble cómo la investigación en microbiota ha pasado a ser la protagonista de la gastroenterología a lo largo de los últimos años”, comenta el Profesor Barbara. “Esto se debe a su papel fundamental en el SII y en la salud gastrointestinal en general. Para seguir mejorando el diagnóstico y el tratamiento, tenemos que identificar más funciones de las bacterias

intestinales. Con respecto a las aplicaciones clínicas, las funciones bacterianas son incluso más importantes que sus tipos”.

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.

(1) Manichanh C, Eck A, Varela E, Roca J, Clemente JC, Gonzalez A, et al. Anal gas evacuation and colonic microbiota in patients with flatulence: effect of diet. Gut. 2013 Jun 13. PubMed PMID: 23766444. Epub 2013/06/15. Eng.

#### **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:**

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