

**NOTA BENE: QUESTO COMUNICATO STAMPA È SOTTO EMBARGO FINO A LUNEDÌ 10 MARZO 2014**

## **COMUNICATO STAMPA**

### **Nutrire il microbiota intestinale: l'alimentazione e i probiotici sono fattori chiave per la salute digestiva**

**(10 marzo 2014) Da molto tempo si sa che una dieta sana e bilanciata, così come i probiotici, aiuta a preservare la salute gastrointestinale. Ma è solo di recente che i meccanismi dietro a tutto ciò sono diventati un po' più chiari. Un corpo di conoscenze in rapida crescita promette di chiarire ulteriormente gli effetti del nostro cibo quotidiano sul microbiota intestinale e di indicare applicazioni più mirate dei probiotici nel prossimo futuro. Questo è uno dei temi presentati al Vertice mondiale sul Microbiota intestinale per la Salute a Miami, Florida, USA. Nei giorni 8-9 marzo 2014 i maggiori esperti a livello internazionale hanno discusso gli ultimi passi avanti nella ricerca sul microbiota intestinale e il suo impatto sulla salute.**

“La dieta è una questione centrale quando si tratta di preservare la nostra salute gastrointestinale, poiché mangiando e digerendo noi letteralmente alimentiamo il nostro microbiota intestinale, e influenziamo così la sua diversità e composizione,” dice il Professor Francisco Guarner (Ospedale universitario Vall d'Hebron, Barcellona, Spagna), stimato esperto del microbiota. “Se questo equilibrio viene disturbato, può conseguire un certo numero di disturbi, compresi i disturbi funzionali dell'intestino, le malattie infiammatorie croniche intestinali e altre malattie immunomediate come la celiachia e alcune allergie. Inoltre le condizioni metaboliche come il diabete di tipo 2, e forse anche i disturbi comportamentali come l'autismo e la depressione possono essere legati agli squilibri dei microbi nell'intestino. Sebbene un equilibrio microbico destabilizzato possa avere molte cause – fra cui gli agenti patogeni infettivi e l'utilizzo di antibiotici – il ruolo del nostro cibo quotidiano e del nostro stile di vita è cruciale. In questo senso, il mantenimento della nostra salute gastrointestinale è in larga misura nelle nostre stesse mani.”

#### **Cosa rende benefici i probiotici?**

Cosa significa tutto ciò rispetto alla nostra dieta quotidiana? Secondo il Prof. Guarner, un incremento nell'assunzione di cibi ad alto contenuto di grassi animali e di cibi unti e fritti non è opportuno, mentre una dieta ricca di verdura, insalata e frutta si è dimostrata benefica per la salute digestiva in circostanze normali. Lo stesso dicasi per i prodotti caseari fermentati contenenti probiotici. Questi sono definiti dall'Organizzazione mondiale della sanità (OMS) e dall'Organizzazione delle Nazioni Unite per l'alimentazione e l'agricoltura (FAO) degli organismi vivi che, somministrati in quantità adeguata, apportano un beneficio salutistico all'ospite.

“La sfida cruciale è determinare con chiarezza quali organismi sono benefici ed esercitano un effetto preventivo o terapeutico. E per quelli che possono essere debitamente chiamati “probiotici”, la gamma di applicazioni deve essere definita più precisamente di quanto è stato fatto sinora,” dice il Prof. Guarner.

Egli sottolinea però che alcuni passi importanti in questa direzione sono già stati fatti: “I meccanismi che stanno dietro l’effetto benefico dei probiotici sono sempre più chiari. Tramite diverse molecole, i probiotici interagiscono con l’ospite seguendo vari meccanismi e percorsi. Ad esempio, alcuni probiotici riescono a tenere a bada gli agenti patogeni: migliorando la funzione della barriera intestinale, difendono l’ospite dai tentativi di invasione da parte dei microorganismi che causano le malattie.”

Secondo il Prof. Guarner, fra gli altri “servizi” utili dei probiotici ci sono il rafforzamento del sistema immunitario tramite la stimolazione dei meccanismi immunitari dentro e fuori dall’intestino, un aiuto a regolare la motilità intestinale e un’azione antiinfiammatoria nell’intestino, con un impatto che va oltre l’intestino. Una capacità generalmente ritenuta importante dei probiotici che ha effetti su vari disturbi della digestione consiste nel migliorare la composizione microbica dell’intestino e preservarne la stabilità. Società mediche come l’Organizzazione mondiale di gastroenterologia (WGO) e la Società europea di gastroenterologia di prima assistenza (ESPCG) hanno fornito ai medici delle linee guida che indicano quali probiotici hanno effetti benefici su quali condizioni gastrointestinali.

### **Utili sin dalle prime fasi della vita**

I probiotici hanno effetti benefici in tutte le fasi della vita, comprese le primissime. Il Professor Brent Polk (University of Southern California e Children’s Hospital Los Angeles, California, USA) riferisce studi che dimostrano l’effetto benefico di certi probiotici su gastroenterite, coliche, eczemi, diarrea ed enterocolite necrotizzante (una condizione nei bambini prematuri che porta alla morte dei tessuti in parti dell’intestino) nei bambini. Inoltre, secondo diversi studi sulla prevenzione, i probiotici, come il *Lactobacillus rhamnosus*, che è stato studiato a fondo, possono essere un sostegno nella prevenzione delle malattie nei bambini che tendono ad avere una ridotta diversità del microbiota in quanto non vengono allattati al seno, sono stati esposti agli antibiotici o sono nati con parto cesareo. In tutti questi casi, è probabile che lo sviluppo di un buon microbiota ricco ed equilibrato venga ritardato o impedito.

Come evidenzia il Prof. Polk, per il trattamento di certi pazienti, come gli individui immunocompromessi, che sono portati a contrarre infezioni associate a batteri, è anche opportuno sostituire i batteri probiotici con prodotti derivati dai probiotici. I primi risultati in questa linea di ricerca sono già stati ottenuti. Il Prof. Polk e i suoi colleghi hanno identificato la p40, una proteina solubile derivata dal batterio probiotico *Lactobacillus rhamnosus*, tramite sperimentazioni sui topi. Sono riusciti a dimostrare che la sostanza derivata dai probiotici impediva una certa forma di morte cellulare (quella indotta dalle proteine malfunzionanti che normalmente regolano la crescita e la differenziazione delle cellule) nelle cellule epiteliali del colon. La p40 protegge l’intestino dall’infiammazione poiché attiva recettori specifici nelle cellule epiteliali intestinali.

Le comunità microbiche che risiedono nell’intestino umano e il loro impatto sulla salute e le malattie dell’uomo sono una delle aree nuove e più entusiasmanti della ricerca di oggi.



Per discutere i progressi più recenti in questo campo in rapido sviluppo, scienziati e professionisti dell'assistenza sanitaria provenienti da tutto il mondo si sono riuniti al Vertice mondiale sul Microbiota intestinale per la Salute a Miami, Florida, USA, nei giorni 8-9 marzo 2014. Il convegno è stato ospitato dalla Sezione Microbiota intestinale & Salute della Società europea di Neuro-gastroenterologia e Motilità (ESNM) e dall'Associazione Gastroenterologica Americana (AGA) con il supporto di Danone.

#### **Informazioni sul sito web di scambio tra esperti Gut Microbiota For Health**

La piattaforma di scambio tra esperti [www.gutmicrobiotaforhealth.com](http://www.gutmicrobiotaforhealth.com) della Sezione Gut Microbiota & Health dell'ESNM è una piattaforma online per professionisti sanitari, scienziati ed altre persone interessate a questo campo. Poiché si tratta di un mezzo aperto, indipendente e partecipatorio, questo servizio digitale consente un dibattito scientifico nell'ambito dei microbioti intestinali.

Connesso al sito [www.gutmicrobiotaforhealth.com](http://www.gutmicrobiotaforhealth.com), l'account Twitter @GMFHx, gestito da esperti, per esperti delle comunità medica e scientifica, contribuisce attivamente agli scambi online sui microbioti intestinali.

**Seguite @GMFHx su Twitter. È possibile accedere alla copertura dell'evento su Twitter usando #GMFH2014.**

#### **Informazioni sulla Sezione Gut Microbiota & Health dell'ESNM**

ESNM sta per European Society of Neurogastroenterology and Motility, un'associazione facente parte dell'UEG (United European Gastroenterology). La missione dell'ESNM è la difesa degli interessi di tutti i professionisti europei coinvolti nello studio di neurobiologia e patofisiologia della funzionalità gastrointestinale. La Sezione Gut Microbiota & Health è stata creata per accrescere il riconoscimento dei collegamenti tra microbioti intestinali e salute umana, diffondere la conoscenza ed accrescere l'interesse per questo tema. La Sezione Gut Microbiota & Health è dedicata a professionisti, ricercatori e medici di tutte le specialità relative ai microbioti intestinali e alla salute.

[www.esnm.eu/gut\\_health/gut\\_micro\\_health.php?navId=68](http://www.esnm.eu/gut_health/gut_micro_health.php?navId=68)

#### **Informazioni sull'AGA**

L'American Gastroenterological Association è la voce fidata della comunità gastroenterologica. Fondata nel 1897, l'AGA è cresciuta fino ad annoverare più di 16.000 membri provenienti da tutto il mondo e coinvolti in tutti gli aspetti di scienza, studio e progressi in campo gastroenterologico. L'istituto AGA gestisce studio, ricerca e programmi formativi dell'organizzazione. [www.gastro.org](http://www.gastro.org)

#### **Informazioni su Danone e Gut Microbiota For Health**

Danone crede fermamente che l'alimentazione svolga un ruolo essenziale per la salute umana mediante l'impatto che i microbioti intestinali possono avere sulla salute. Questa è la ragione per cui Danone sostiene il summit mondiale "Gut Microbiota For Health" e la piattaforma web di scambio tra esperti, allo scopo di incoraggiare la ricerca ed aumentare la conoscenza in quest'area promettente, in linea con la propria missione di "portare salute al maggior numero di persone possibile attraverso l'alimentazione".

[www.danone.com](http://www.danone.com)

#### **Contatto stampa:**

impresum health & science communication

Robin Jeganathan, Frank von Spee,

Email: [gutmicrobiota@impresum.de](mailto:gutmicrobiota@impresum.de)

Tel: +49 (0)40 - 31 78 64 10

Fax: +49 (0)40 - 31 78 64 64