

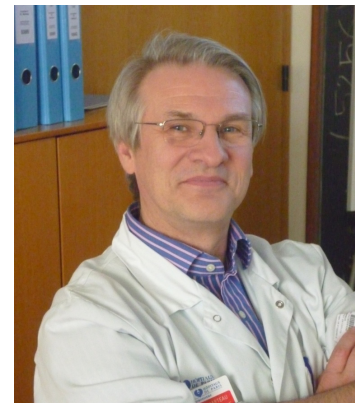
**5-6 de marzo de 2016, Miami**  
**Hoja informativa #4**

## **Ayudantes para el intestino:**

### **¿Qué podemos esperar de los probióticos?**

**Los probióticos se han convertido en un floreciente ámbito de investigación, suscitando esperanzas en torno a un tratamiento que es eficaz, de fácil aplicación y seguro. El Profesor Philippe Marteau (Universidad París 7, París / Francia), que presidió una sesión sobre intervenciones en la microbiota en la cumbre mundial de 2016 sobre "Microbiota intestinal y salud", presentó un resumen de la situación actual.**

Hasta los años noventa del pasado siglo, los probióticos constituían un campo de investigación bastante marginal dentro de la comunidad científica. Pero a lo largo de las últimas dos décadas, en la estela del ámbito en expansión de la investigación sobre la microbiota intestinal, la situación ha cambiado radicalmente. Entretanto, un gran número de ensayos ha demostrado la capacidad esencial de los probióticos de ayudar a revertir la disbiosis y contribuir al mantenimiento y restauración de la salud digestiva e inmunitaria. Como apuntó el Profesor Marteau, los probióticos pueden producir moléculas que interactúan con el hospedador mediante diversos mecanismos y vías. Algunos probióticos mantienen a raya los patógenos que intentan invadir al hospedador. Esto se corresponde con su capacidad para fortalecer la barrera intestinal con el fin de mantener a los microorganismos nocivos que habitan en el lumen intestinal lejos del flujo sanguíneo. Otras importantes modalidades de interacción incluyen el fortalecimiento de las defensas del organismo al estimular los mecanismos inmunológicos dentro y fuera del intestino, así como la comunicación con células nerviosas intestinales que regulan -entre otras cosas- la motilidad del intestino. Una serie de estudios sugieren que ciertos probióticos poseen efectos antiinflamatorios, mientras que otros pueden regular el tránsito intestinal o mitigar síntomas como la hinchazón, la flatulencia o el dolor abdominal. Los trastornos funcionales intestinales, ciertas formas de diarrea y -en cierta medida- las enfermedades inflamatorias intestinales (EII) vienen siendo las principales áreas en las que los probióticos han demostrado ser beneficiosos, si bien en distinto grado. Una gran



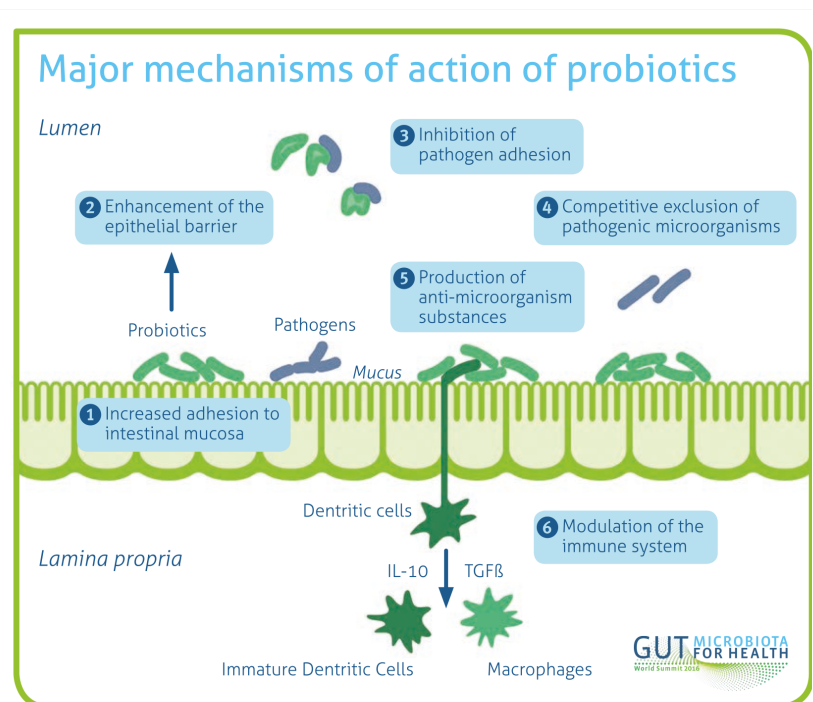
*Philippe Marteau, France*

## 5-6 de marzo de 2016, Miami Hoja informativa #4

ventaja de los probióticos es su comúnmente reconocida seguridad, pese a que, como señaló el Profesor Marteau, algunos estudios indiquen que no se puede excluir totalmente la posibilidad de que tengan efectos secundarios.

### Un apoyo al ecosistema microbiano

Las intervenciones con probióticos deben estudiarse y evaluarse sobre el trasfondo del creciente conocimiento sobre las intrincadas relaciones establecidas entre la comunidad intestinal, que puede considerarse, según el Profesor Marteau, un ecosistema, compuesto por “paisajes” microbianos, nodos de interacción y microbios centrales específicos. Una exitosa aplicación de probióticos aumenta la biodiversidad y la riqueza genética de este ecosistema, restaurando y manteniendo así su equilibrio y mejorando su estabilidad, resistencia y resiliencia, esto es la capacidad de la microbiota de retornar rápidamente a su estado sano anterior tras haber tenido que afrontar episodios dañinos como enfermedades o tratamientos con antibióticos. No obstante, como explicó el Profesor Marteau, para que puedan explotarse plenamente los múltiples recursos de los probióticos, se debe aclarar toda una serie de cuestiones. Hasta hoy, numerosos estudios no han resultado ser muy convincentes al basarse



únicamente en un pequeño número de participantes, lo que suele conducir a una considerable cantidad de dudas en los resultados, salvo que el efecto de la intervención con probióticos sea muy pronunciado. “Una base estadística sólida y una metodología claramente definida son clave para obtener resultados fiables”, afirmó el Profesor Marteau. Dentro de las cuestiones controvertidas, está la dosificación de probióticos aconsejable. “Puede decirse con certeza que la

## 5-6 de marzo de 2016, Miami Hoja informativa #4

dosis efectiva varía de un probiótico a otro como ocurre con los antibióticos y otros fármacos”, declaró el Profesor Marteau. Por consiguiente, está claro que en ningún caso debe seguirse la famosa regla según la cual “mucho ayuda mucho”.

### ¿Especies o cepas?

En lo que respecta a la cuestión de saber si los efectos probióticos se deben atribuir a especies bacterianas específicas o más bien –en un nivel taxonómico inferior– a cepas, optó por lo

“Los probióticos pueden producir moléculas que interactúan con el hospedador a través de diversos mecanismos y vías manteniendo a raya los patógenos”.

*Philippe Marteau,  
France*

siguiente: “Es cierto que no existen pruebas de ensayos clínicos en seres humanos que demuestren que los efectos sean específicos de las cepas y no de las especies. Pero no es de extrañar ya que esta cuestión no ha sido investigada en el transcurso de esos ensayos. No obstante, experimentos de laboratorio con cultivos celulares han arrojado pruebas de cierta especificidad de las cepas”. Los meta-análisis de datos existentes obtenidos con distintas cepas no son de mucha ayuda, porque, como criticó el Profesor Marteau, la hipótesis subyacente en ellos de una única sustancia activa que puede atribuirse a todas las

cepas implicadas no es sólida. Esto no afecta a los meta-análisis de datos obtenidos con una única cepa, los cuales, según el Profesor Marteau, aportan pruebas sustanciales de cierto grado de eficacia de la cepa individual: “Una lección que deberíamos sacar de todo esto podría ser que la opinión generalizada de que ‘sólo las mezclas pueden ser eficaces’ se deriva más de la publicidad engañosa que de la investigación científica.” El Profesor Marteau concluyó señalando una vez más la gran oportunidad que ofrecen los probióticos para conseguir grandes avances terapéuticos. “No obstante, tenemos que tener presente que el desarrollo de un probiótico no es más sencillo que el de cualquier otro fármaco. Se trata de un largo proceso que conlleva tanto un riesgo de fracaso como la perspectiva de obtener grandes beneficios para los pacientes”.

### Contacto de prensa:

impresum health & science communication

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

Tel.: +49 40 – 31 78 64 10