

Probiotici: necessario approfondire di più

Oltre 1.000 medici di medicina generale su tutto il territorio nazionale hanno collaborato alla realizzazione di una indagine che rivela le reali conoscenze di medici e pazienti sulla disbiosi intestinale, le sindromi correlate e l'utilizzo dei probiotici

Dalla ricerca a cui hanno collaborato oltre 1.000 medici di medicina generale emerge che i Mmg che hanno avuto più pazienti con disbiosi intestinale la correlano a forme influenzali (65%), sindrome dell'intestino irritabile - IBS (63%), stress o ansia (49%) e patologie metaboliche (40%). La IBS è senza dubbio il più comune disturbo funzionale gastrointestinale associato a disbiosi intestinale, tanto da colpire circa il 7-10% della popolazione. Sono molti gli studi che hanno dimostrato la relazione tra IBS e squilibrio del microbiota intestinale: esistono infatti differenze significative tra il microbiota intestinale dei pazienti affetti da IBS rispetto a quello dei soggetti sani.

► Utilizzo dei probiotici

L'86% dei Mmg ha prescritto in un anno ad almeno 5 pazienti probiotici per combattere la disbiosi intestinale rilevando, in oltre 3 casi su 4, un risultato positivo. Nei casi di disbiosi, l'83% riferisce i pazienti al gastroenterologo: la maggior parte (55% dei casi) quando non trova una soluzione efficace attraverso le abituali terapie, il 20% se affronta casi di disbiosi cronica e il 7% in qualsiasi caso. Commentando i dati, il Prof. **Salvatore Cucchiara** - Direttore dell'Unità di Gastroenterologia ed Epatologia Pediatrica dell'Università di Roma "La Sapienza" - spiega che è importante assumere correttamente i probiotici

lasciando loro il tempo necessario per essere efficaci: "Inutile pretendere che 3-4 giorni di somministrazione di probiotici siano sufficienti a restituire l'equilibrio intestinale, sia per i bambini che per gli adulti sono necessarie almeno 3-4 settimane di trattamento; stile di vita e alimentazione corretti faranno il resto".

► Richieste dei pazienti

Oltre alla sintomatologia legata a disfunzioni dell'apparato intestinale, come i disturbi intestinali funzionali (74.7%) o fasi di diarrea acuta (58.8%), i pazienti chiedono al loro Mmg informazioni sui probiotici legate alla prevenzione per viaggi imminenti (27.6%). "Ciascuno di noi possiede un proprio microbioma, unico e individuale come un'impronta digitale" spiega il Prof. **Lorenzo Drago**, Direttore Laboratorio di Analisi Chimico-Cliniche e Microbiologiche, IRCCS Galeazzi, Università di Milano. "Grazie alle ultime scoperte sappiamo che esiste una parte 'centrale' del microbioma, il core microbioma, che resta invariata e una parte esterna, che è invece condizionata da abitudini di vita, alimentazione e condizioni geografiche. Ad esempio, quando si viaggia in un paese straniero è molto frequente che dei microrganismi ignoti disturbino il microbioma creando il cosiddetto 'dismicrobismo intestinale'. In pratica quello che succede è che alcuni organismi prendono il sopravvento e

portano a forme diarroiche. Questo avviene soprattutto per i bambini più piccoli che sono maggiormente soggetti e condizionati dai cambiamenti nelle abitudini alimentari e nello stile di vita. Inoltre, mentre il microbioma di un adulto è già formato e sostanzialmente stabile, quello di un bambino soprattutto nei primi anni di vita, è in continua evoluzione".

► Richieste dei Mmg

Sono necessari maggior approfondimenti clinici sul tema "probiotici". Attraverso la ricerca la richiesta arriva dalla quasi totalità del Mmg (96.6%). Dal 2005 il Ministero della Salute ha definito che il termine probiotico è riservato a quei microrganismi che si dimostrano in grado, una volta ingeriti in adeguate quantità, di esercitare funzioni benefiche per l'organismo. Si tratta, in sostanza, di batteri che vengono assunti attraverso preparazioni specifiche o alimenti che li contengono e che riescono a colonizzare l'intestino umano. Sarebbe quindi opportuna una maggior chiarezza, perché non tutti i ceppi sono uguali e intercambiabili. Studi recenti hanno dimostrato come due ceppi, il *Bifidobacterium longum* BB536 e il *Lactobacillus rhamnosus* HN001, hanno effetti benefici, essendo in grado di sopravvivere alle avverse condizioni gastrointestinali, di aderire alla mucosa intestinale e di interagire con l'ambiente intestinale.