

## ■ GASTROENTEROLOGIA

### Equilibrio intestinale favorito da specifici ceppi di probiotici

L'attenzione dei ricercatori verso i probiotici applicati ai disturbi intestinali è in continua crescita.

“Studi recenti - afferma il Professor **Lorenzo Drago**, Direttore Laboratorio di Analisi Chimico-Cliniche e Microbiologiche, IRCCS Galeazzi, Università di Milano - dimostrano come probiotici ben selezionati e studiati, tra cui alcuni specifici ceppi di Lactobacilli e Bifidobatteri, possano creare una risorsa ottimale per il ripristino dell'equilibrio intestinale. La comunità scientifica si sta impegnando molto nel far chiarezza circa le caratteristiche ottimali di alcuni di questi probiotici in termini di efficacia e di sicurezza d'uso. Purtroppo, molti dei prodotti probiotici posti oggi in commercio non mostrano di avere i requisiti per essere definiti tali”.

“Al contrario, molti altri studi hanno dimostrato che alcuni di questi probiotici oggi in commercio presentano una valenza scientifica molto rilevante - continua Drago. Numerosi studi in vitro e in vivo hanno dimostrato, ad esempio, gli effetti benefici di due ceppi, i *Bifidobacterium longum* BB536 e *Lactobacillus rhamnosus* HN001, di sopravvivere alle avverse condizioni gastroenterologiche, di aderire alla mucosa intestina-

le e di interagire con l'ambiente intestinale. Sull'attività sinergica dei due probiotici sono in corso degli studi, i cui risultati ancora preliminari lasciano ben sperare per un effetto non antagonista tra loro. Ulteriori ricerche avranno l'obiettivo di dimostrare, inoltre, come l'assunzione regolare possa determinare una migliore efficacia e una maggior durata benefica degli effetti della associazione”. Consigliare dunque prodotti probiotici senza appurarne le caratteristiche e senza valutare per quale necessità si siano evoluti non è molto opportuno: più della quantità dei ceppi probiotici utilizzati gli studiosi si indirizzano verso la qualità. Appare evidente che, per quanto concerne il trattamento probiotico, è opportuno valutare quale genere di ceppo assumere per via orale al fine di aiutare l'intestino a rigenerare la propria funzionalità, nei casi in cui il microbiota batterico non sia più in equilibrio, una situazione sempre più frequente considerato il tipo di alimentazione ricca di junk food, di additivi e povera di fitonutrienti, vitamine e micronutrienti.

#### ► IBS e disbiosi

La sindrome dell'intestino irritabile (IBS) è il più comune disturbo funzio-

nale gastrointestinale associato a disbiosi intestinale. “Colpendo il 7-10% della popolazione, rappresenta una delle entità cliniche più frequentemente riscontrate in medicina generale, gastroenterologia e pediatria” chiarisce il Prof. **Salvatore Cucchiara**, Direttore dell'Unità di Gastroenterologia e Epatologia Pediatrica dell'Università di Roma “La Sapienza”. Com'è noto l'IBS comporta una sintomatologia importante, in assenza tuttavia di una patologia organica. Accanto a fattori legati a stress, stile di vita e alimentazione, diverse evidenze hanno suggerito come un ruolo importante in questo disturbo sia svolto dal microbiota intestinale, tanto che sono segnalate differenze significative tra il microbiota intestinale dei pazienti affetti da IBS rispetto a quello dei soggetti sani”.

“Per questo, accanto a opportune modifiche comportamentali e dietetiche, è possibile intervenire direttamente sulla correzione della disbiosi, ricorrendo a opportuni probiotici”, commenta Cucchiara. “La condizione perché questo approccio sia utile, è che si ricorra a prodotti con una base scientifica certa, supportata da studi ad hoc. Dai dati disponibili, appare razionale l'impiego di combinazioni di ceppi, alcuni più attivi a livello intestinale, altri del colon”.



Attraverso il presente QR-Code è possibile visualizzare con tablet/smartphone l'intervista a Salvatore Cucchiara