

Supplementi Alimentari Microbiotici Vivi

Sono detti anche probiotici e influenzano favorevolmente la salute dell'ospite, migliorandone l'equilibrio microbico intestinale. Essi svolgono una funzione diametralmente opposta agli antibiotici. La comunità batterica residente, presente nel tratto gastrointestinale umano, ha un importante impatto sulle funzionalità gastrointestinali e in generale sulla salute dell'ospite. Tuttavia condizioni patologiche, come diarrea, stress, variazioni della dieta e assunzione di antibiotici, ecc. possono avere effetti considerevoli sull'integrità della flora batterica intestinale. La perdita della flora batterica standard ha effetti negativi sul benessere dell'ospite e spesso può essere associato ad un'aumentata sensibilità alle infezioni batteriche. Per superare i problemi associati alla fluttuazione della flora batterica e per migliorare la salute dell'ospite, vengono proposte due strategie biotecnologiche per modulare il microbiota dell'ospite:

1. La somministrazione orale di preparazioni microbiche vive, dette anche comunemente probiotici;
2. L'assunzione con la dieta di prebiotici.

I batteri più usati in preparati probiotici appartengono ai generi *Bifidobacterium* e *Lactobacillus*. Tuttavia sono utilizzati anche microrganismi appartenenti ai generi *Streptococcus*, *Leuconostoc*, *Pediococcus*, *Propionibacterium* e *Bacillus*. La comunità scientifica ha stabilito ultimamente alcune proprietà che un microrganismo deve possedere per essere definito come ceppo probiotico:

- Il microorganismo deve essere GRAS (Generally Recognized As Safe, Generalmente Riconosciuto Sicuro);
- Deve avere origine umana;
- Deve essere resistente ai processi tecnologici;
- Deve resistere all'acido gastrico e alla bile;
- Deve aderire il più possibile all'epitelio intestinale;
- Deve possedere una forte capacità di persistere nel tratto gastrointestinale;
- Deve facilitare la produzione di sostanze antimicrobiche;
- Deve salvaguardare la modulazione della risposta immunitaria dell'ospite;
- Deve influenzare in modo benefico le attività metaboliche dell'ospite (assimilazione del colesterolo, produzione di vitamine, attività lattasica, ecc.).

Numerosi sono gli effetti benefici per l'ospite che sono stati associati all'utilizzo di probiotici:

- Riduzione significativa dell'intolleranza al lattosio;
- Stimolazione dell'immunità intestinale;
- Prevenzione della colonizzazione di patogeni;
- Diminuzione dei livelli di colesterolo;

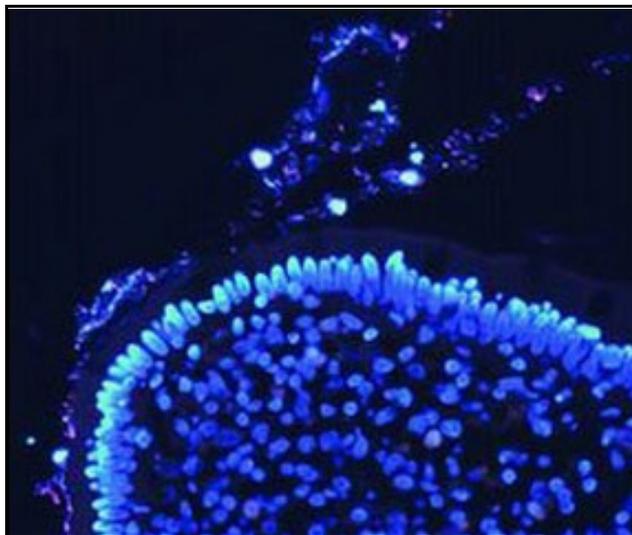
- Riduzione delle reazioni infiammatorie;
- Riduzione delle allergie alimentari;
- Modificazione/miglioramento della flora intestinale;
- Miglioramento del benessere dell'ospite.

In un recente studio (*), l'integrazione con la formulazione a base di ceppi probiotici associati (Lactob. lactis, Casei, Acidophilus e Bifidobact. Bifidum) ha evidenziato significativi effetti positivi sul paziente con sindrome dell'intestino irritabile con risvolti interessanti su alcuni fattori embricati nella sindrome metabolica

Tuttavia, nella gran parte dei casi, i meccanismi alla base di tali effetti non sono ancora del tutto noti. Gli effetti sono strettamente correlati al genere batterico impiegato.

Esistono tuttavia delle condizioni che possono distruggere considerevolmente il quantitativo numerico di questi batteri:

- Infezioni intestinali;
- Avvelenamenti;
- Uso di antibiotici;
- Cattiva digestione;
- Scorrette abitudini alimentari;
- Stress (lavoro, studio etc.).



(*) H.de Togni, P.Campagna, P.Fiori, L.Venturi, G.Muzzioli, L.De Lucia, M.Brancaleoni, A.Cicero- Valutazione clinica dell'efficacia dei probiotici..Akros ediz. VR., ottobre 2007