



AGGIUNGI VITA AGLI ANNI CON I PROBIOTICI

Il disequilibrio del microbiota intestinale porta a infiammazione sistemica e accelerazione della degenerazione cerebrale

L'intestino è colonizzato da un numero elevatissimo di batteri con circa 400 diverse specie sia anaerobiche (bifidobatteri) che aerobiche (lattobacilli). Il microbiota garantisce l'integrità della mucosa ed è in grado di fermentare il materiale indigerito, generalmente costituito da polisaccaridi di origine vegetale. In seguito produce degli acidi grassi a catena corta, come l'acido acetico, propionico e butirrico, molto importanti per il nostro benessere, poiché rappresentano una fonte energetica per le cellule epiteliali dell'intestino. La popolazione batterica produce anche sostanze antimicrobiche, grazie alle quali impedisce l'adesione di patogeni all'epitelio intestinale. Tale effetto è potenziato dall'ostacolo fisico che la microflora "amica" esercita, occupando i possibili siti di adesione alle pareti dell'intestino. Il microbiota modula componenti del sistema immunitario intestinale ad azione pro-infiammatoria, favorisce i processi digestivi e l'assorbimento, mantenendo sana ed efficace la mucosa intestinale; previene disturbi come colite, diarrea e costipazione; produce alcune vitamine come B12 e K e alcuni aminoacidi (arginina, glutammina e cisteina); interviene nel metabolismo degli acidi biliari e della bilirubina. L'enorme quantità di batteri presenti nell'intestino indica il perché c'è bisogno di prodotti probiotici ad alta concentrazione, per ripopolare l'intestino e contenenti diversi ceppi batterici che agiscono in sinergia tra loro; altra caratteristica è che devono dimostrare la stessa efficacia clinica dei farmaci attraverso degli studi clinici. Dei probiotici ad alta concentrazione si è discusso al convegno tematico di Biosphaera Pharma (www.biosphaerapharma.it) a Cosmosenior 2019 a Rimini. «Il capostipite di questi probiotici ad alta concentrazione è il Vivomixx, che contiene 8 ceppi che lavorano in sinergia tra loro e la cui benefica azione è supportata da circa 200 lavori scientifici – afferma il dr. Gino Santini, docente di Medicina Integrata dell'Università di Siena – E' incluso nelle linee guida gastroenterologiche di molti Paesi per le evidenze accumulate nelle malattie infiammatorie croniche intestinali come Crohn, colite ulcerosa e sindrome dell'intestino irritabile». Dalle ricerche emerge come questo probiotico ad alta concentrazione e multiceppo sia efficace nell'obesità, nella steatosi epatica, nel ripopolamento dell'intestino per migliorare l'assetto epatico e anche come riesca a migliorare la velocità con cui le sinapsi trasmettono il loro segnale.

redazione@salutedomani.com

