



INTESTINAL + BAC

Simbiótico - Suplementos Zeus

Para poder hacer una buena presentación de un suplemento para el intestino, es necesario hablar del origen de la vida. El origen de la vida son las bacterias. Los animales considerados más complejos hemos llegado tarde a la existencia comparados con las bacterias que, en lugar del reino animal deberíamos hablar del reino de las bacterias. Estaban aquí miles de millones de años antes que nosotros y se marcharán mucho después, tienen la capacidad de adaptación, pueden vivir en condiciones extremas tanto de temperatura, de acidez, presión etc. No podemos olvidar que fueron las precursoras de la vida y de nosotros mismos, que tengan una medida microscópica no puede hacernos ignorar la importancia para la vida y la salud. Somos diez veces más bacterias que células, forman parte de nosotros, nos constituyen esencialmente. Podríamos definir al ser humano entre otras cosas como una gran comunidad andante de bacterias.

¿Sabía que en su boca, hay más bacterias que habitantes en España? estamos literalmente tapizados, exterior e interiormente de bacterias y nuestro equilibrio, nuestra salud depende de ellas. Durante bastante tiempo, sabíamos de la necesidad de suplementarnos con **probióticos**. Hoy en el siglo veintiuno no tenemos ninguna duda de la importancia de la suplementación con un **simbiótico**. De poco sirve tomar bacterias beneficiosas si no se pueden replicar por falta de alimento, un **simbiótico** es igual a bacterias más alimento de estas.

Probiótico (pro-vida) = bacterias

Hace un siglo, Elie Metchnikoff (científico ruso, premio Nobel, y profesor del Instituto Pasteur en Paris) postuló que las bacterias ácido lácticas (BAL) ofrecían beneficios a la salud que llevaban a la longevidad. Sugirió que la “autointoxicación intestinal” y el envejecimiento resultante podrían suprimirse modificando la microbiota intestinal y utilizando microbios útiles para sustituir a los microbios proteolíticos como Clostridium — productores de sustancias tóxicas que surgen de la digestión de proteínas, entre las que se encuentran fenoles, índoles, y amoníaco —. Desarrolló entonces una dieta con leche fermentada por la bacteria, a la que denominó “bacilo búlgaro.”

En 1917, antes del descubrimiento de Alexander Fleming de la penicilina, el profesor alemán Alfred Nissle aisló una cepa no patógena de Escherichia coli de las heces de un soldado de la Primera Guerra Mundial que no había desarrollado enterocolitis durante un brote grave de shigellosis. Los trastornos del tracto intestinal frecuentemente eran tratados con bacterias no patógenas viables, para cambiar o reemplazar la micro flora intestinal. La cepa de Escherichia coli de Nissle 1917 es uno de los pocos ejemplos de un probiótico no BAL. Henry Tissier (del Instituto Pasteur) aisló por primera vez una Bifidobacteria de un lactante alimentado a pecho, a la que denominó Bacillus bifidus communis. Tissier postulaba que las bifidobacterias desplazarían a las bacterias proteolíticas que provocan la diarrea y recomendó la administración de bifidobacteria a lactantes que padecían de este síntoma.

El término “**probiótico**” fue introducido por primera vez en 1965 por Lilly y Stillwell; a diferencia de los antibióticos, se definió al probiótico como aquel factor de origen microbiológico que estimula el crecimiento de otros organismos. En 1989, Roy Fuller enfatizó el requisito de viabilidad para los probióticos e introdujo la idea de que tienen un efecto beneficioso para el huésped.

Condiciones para ser un probiótico

La condición básica de todo **probiótico** es la de tener un efecto beneficioso sobre el portador y ampliando el espectro debe reunir las siguientes características:

- Debe ser de procedencia humana y no ser patógeno para el ser humano incluso para las personas con inmunocompromiso, no ser tóxico y no ir asociado con enfermedades gastrointestinales ni con otras.
- Debe tener una alta resistencia a su paso por el tránsito intestinal y por lo tanto una alta resistencia a las enzimas proteolíticas de la luz intestinal. Ser estable frente a ácidos y bilis y no conjugarse con las sales biliares. En resumen, tienen que tener una alta supervivencia en el ecosistema intestinal permaneciendo vivo

y estable.

- Debe activar el sistema inmune a través de una estimulación sin efecto pro inflamatorio.
- Debe poseer un mecanismo específico de adhesión a las mucosas para de esta manera prevenir la colonización de gérmenes patógenos.
- Debe permitir un crecimiento rápido en las condiciones habituales del ciego y todo el trayecto colónico.
- Debe tener un origen humano con probada seguridad y tolerancia.

Los mecanismos de acción de los **probióticos** pueden ser de diferentes tipos:

a) El mecanismo directo previene la acción de los patógenos y se realiza de varias maneras:

- Los **probióticos** excretan ácidos que bajan el pH intraluminal por debajo del nivel de tolerancia de los gérmenes patógenos.
- Los **probióticos** compiten en el lugar de adhesión con los lugares que ocupan los patógenos.
- Algunos **probióticos** como los lactobacilos y bifidobacterias son capaces de secretar antibióticos naturales que tienen su espectro de acción sobre gérmenes patógenos.

b) El mecanismo indirecto nos va a permitir actuar sobre diferentes áreas de la inmunidad:

- A través de una inmunomodulación
- Compitiendo con receptores y en la adhesión a la mucosa intestinal
- Inhibiendo el crecimiento de algunos enteropatógenos
- Compitiendo con los nutrientes de la luz intestinal
- Previniendo la translocación bacteriana
- Aumentando la secreción de mucina

Los principales **probióticos** utilizados actualmente en humanos y con datos clínicos comprobados son los Lactobacillus GG, Lactobacillus acidophilus, Bifidobacterium bifidum, Bifidobacterium longum, Streptococcus thermophilus y Saccharomyces boulardii, entre otros.

Ventajas de los probióticos:

- Modulación del sistema inmunitario.
- Disfunciones digestivas.
- Aumento de la absorción de nutrientes.
- Prevención de infecciones.
- Atopias de piel.
- Disfunciones del sistema nervioso central
- Hiperactividad y autismo.
- Mejora la función neuro-cognitiva.
- Estreñimiento o diarreas y alergia al polen.
- Aumentan el valor nutricional de los nutrientes a través de una mejora en la digestibilidad y un aumento de la absorción de minerales y vitaminas.
- Mejoran la absorción de la lactosa y aumentan la biodisponibilidad del calcio contenido en la leche actuando indirectamente en la prevención de la osteoporosis que ocurrirá en muchos casos en la edad adulta.
- Disminuyen los niveles del colesterol sérico actuando en la prevención de las enfermedades cardiovasculares.

PREBIÓTICOS = EL ALIMENTO DE LAS BACTERIAS.

Los **prebióticos** alimentan las bacterias intestinales aumentando el número de bacterias anaerobias beneficiosas y disminuyendo la población de microorganismos potencialmente patógenos. Los **probióticos** afectan el ecosistema intestinal estimulando los mecanismos inmunitarios de la mucosa y estimulando los mecanismos no inmunitarios a través de un antagonismo/competencia con los patógenos potenciales. Se piensa que estos fenómenos median la mayoría de los efectos beneficiosos, incluyendo la reducción de la incidencia y gravedad de la diarrea, que es uno de los usos más ampliamente reconocidos para los **probióticos**. Los **probióticos** reducen el riesgo de cáncer de colon en modelos animales, probablemente porque suprimen la actividad de ciertas enzimas bacterianas que pueden aumentar los niveles de pro carcinógenos.

El efecto beneficioso de los **prebióticos** se debe por un lado a favorecer el crecimiento selectivo a nivel del colon de bacterias saludables (bifidobacterias y lactobacilus) y por otro lado la fermentación colónica.

Los requisitos precisos para que un alimento o componente alimentario pueda ser considerado un **prebiótico** son los siguientes:

- No debe ser hidrolizado, absorbido ni digerido en el intestino delgado

- Fermentación selectiva por bacterias favorables y debe ser fermentado total o parcialmente por la flora colónica
- Debe ser el sustrato de una a varias bacterias beneficiosas estimulando de manera selectiva su crecimiento y así favorecer el equilibrio de la flora colónica con predominio de lactobacillus y bifidobacterias.

Las acciones beneficiosas de los **prebióticos** se deben a la presencia de una flora predominantemente bifidógena siendo las más importantes las siguientes:

- Acción inmunomoduladora: la flora microbiana con mayor cantidad de bifidobacterias favorecida por los oligosacáridos/ prebióticos se asocia a una menor prevalencia de atopia
- Acción metabólica: fermentación colónica con producción de AGCC (propiónico, butírico y acético)
- Acción nutricional: las bifidobacterias favorecen la síntesis de algunas vitaminas como la Vit. B6, B12, Ac. fólico, Ac. nicotínico... y favorecen a través de la fermentación colónica la absorción de calcio, magnesio, hierro y zinc.

SIMBIÓTICOS = SUPLEMENTACIÓN DEL PRESENTE, PARA LA SALUD DEL FUTURO

La definición de **simbiótico** es la combinación de bacterias vivas, que refuerzan la flora intestinal, y **PREBIÓTICOS** que son el alimento del que estas bacterias se nutren, mayoritariamente fibras presentes en frutas y hortalizas, colaborando en la regulación del intestino al ser sustrato de bacterias intestinales. Los especialistas en nutrición llevan más de una década recomendando **simbióticos** para la prevención de problemas de salud graves modulando el sistema inmunitario y actuando como inhibidores de la acción de los oncogenes previniendo su propagación.

Probióticos

Microorganismos vivos, que al administrarse en cantidades adecuadas, confieren un beneficio a la salud del huésped.

Prebióticos

Sustancias no digeribles que brindan un efecto fisiológico beneficioso al huésped, estimulando selectivamente el crecimiento favorable o la actividad de un número limitado de bacterias autóctonas

Simbióticos

Productos que contienen **probióticos y prebióticos** conjuntamente.

BREVE HISTORIA SOBRE EL ECOSISTEMA INTESTINAL

La micro flora gastrointestinal del ser humano es un complejo ecosistema de 300-500 especies bacterianas que principalmente se encuentran en el colon e intestino delgado distal, mientras que en el estómago e intestino delgado proximal hay un escaso número de bacterias.

Al nacer, el tracto gastrointestinal es estéril. La flora intestinal es adquirida durante el periodo neonatal y permanece estable durante el resto de la vida. El primer contacto es el canal vaginal y la flora fecal materna que se ingiere habitualmente durante el parto y van a ser decisivos para el tipo de flora intestinal de cada persona. Los niños que nacen por cesárea retrasan la adquisición de su flora intestinal al no tener la oportunidad de estar en contacto con la flora materna. Dado que la leche materna no es estéril parece ser que también interviene en la adquisición de la flora intestinal.

Temporalmente la flora intestinal puede modificarse negativamente con el uso de antibióticos o positivamente con la introducción de especies de bacterias deseables para el tracto gastrointestinal apareciendo el concepto de **probiótico**.

Para muchos expertos la clave de nuestra salud reside en nuestros intestinos. El intestino no es un simple órgano de absorción, es el elemento más relevante para la actividad del sistema inmunitario y los mecanismos de protección inespecífica, ya que es en este precisamente donde son más activos. Sus células inmuno competentes reconocen los agentes patógenos y activan la producción de linfocitos que a su vez segregan anticuerpos inespecíficos.

La flora intestinal pesa más de un kilo, puede estar compuesta por hasta cien billones de microorganismos diferentes y tiene una actividad metabólica global similar a la del hígado. Una vez que esa flora se ha instalado puede verse afectada negativamente por factores como el consumo de alimentos muy refinados pobres en fibra, tratamientos antibióticos y estrés.

BENEFICIOSO EN CASOS DE:

Modulación del sistema inmunitario, disfunciones digestivas, aumento de la absorción de nutrientes, prevención de infecciones, atopias de piel, disfunciones del sistema nervioso central, hiperactividad y autismo, mejora la función neuro-cognitiva, estreñimiento o diarreas, alergia al polen.

COMPOSICIÓN

Cápsula gastro-resistente vegetal.

50.000 millones de bacterias intestinales, Saccharomyces Boulardii 2.000 millones, 300 mg. yacon (F.O.S. fructo oligosacáridos), L-Glutamina 100 mg., Vitamina B-6 (CDR), Magnesio 28 mg.

Bifidobacterium bifidum
Bifidobacterium breve
Bifidobacterium infantis
Bifidobacterium longum
Bifidobacterium lactis

Lactobacilus Acidophilus
Lactobacilus brevis
Lactobacilus casei
Lactobacilus plantarum
Lactobacilus rhamnosus
Lactobacilus salivarius
Lactobacilus sporogenes
Lactobacilus lactis

Enterococcus faecium
Streptococcus thermophilus

MODO DE EMPLEO

Tomar 1 cápsula en ayunas ó según criterio profesional.
Mantener a temperatura no superior a 25°C.

PRESENTACIÓN

Envase de 30 cápsulas gastro-resistentes vegetales.

CONTRAINDICACIONES

No Conocidas.

Es un Suplemento Zeus, elaborado para Comercial Nade, S.L.
Teléfono: +34 91-654 68 78 / 91 651 80 05
28700 S.S. de los Reyes Madrid (España)
e-mail: www.zeusze.com // información@zeusze.com

Informe exclusivo para profesionales

Suplementos ZEUS, somos diferentes, pensamos en ti.