

## I PROBIOTICI: COSA SONO, A CHE SERVONO?

I probiotici sono microrganismi che proteggono l'ospite e in alcuni casi possono prevenire alcune malattie. Sono in genere batteri che vivono nel colon e sono dotati di scarsa virulenza diversamente da vari ceppi di *Escherichia* e dai Clostridi. I lattobacilli appartengono ai probiotici e possono bloccare la diarrea e prevenire le manifestazioni dell'atopia.

I probiotici aderiscono alle cellule della mucosa intestinale, si legano ai siti della membrana cellulare e impediscono ai ceppi patogeni di farlo a loro volta. Producono inoltre sostanze di natura proteica (batteriocine) che agiscono come antibiotici a produzione locale attivi contro molti batteri patogeni.

Si presuppone che gli antibiotici esogeni distruggano la flora intestinale che alberga normalmente nei soggetti sani: in questo ecosistema così alterato i germi patogeni iniziano a colonizzare l'intestino e aderiscono alla mucosa. Non è ancora del tutto chiaro come agiscano le integrazioni per os dei probiotici:

- Impediscono la distruzione della normale flora intestinale?
- Prendono il posto di questa?
- Competono coi patogeni per i nutrienti necessari alla loro crescita?
- Inibiscono le tossine prodotte dai patogeni o piuttosto i recettori cellulari della mucosa alle tossine?
- Stimolano una risposta immunitaria verso i patogeni?

È tuttora in corso un dibattito sulle modalità con cui i probiotici possono prevenire le manifestazioni dell'atopia. C'è una teoria che sostiene che la formazione e il mantenimento delle tolleranza immunitaria innata sia mediata dai linfociti TH1 e in qualche modo sia legata alla flora batterica fecale. Qualora la risposta dei TH1 fosse particolarmente vivace allora tenderebbero ad indebolirsi le risposte allergiche che sono mediate dai linfociti TH2. La somministrazione di probiotici pertanto avrebbe la capacità di prevenire le manifestazioni dell'atopia intervenendo in appoggio all'azione della flora intestinale preesistente e quindi aumentando la risposta dei linfociti TH1.

Nell'Europa continentale i probiotici sono considerati farmaci e vengono prescritti in concomitanza alla terapia antibiotica, altrove sono considerati supplementi alimentari e vengono venduti come prodotti da banco. È da considerare che alcuni di questi prodotti come il bio-yogurt non sempre contengono ceppi di probiotici di comprovata efficacia clinica.

### Commento:

Nel nostro paese i probiotici vengono posti in vendita con un doppio regime: alcuni sono considerati parafarmaci, altri integratori alimentari speciali. Ma che interesse può rivestire per gli omeopati l'argomento dei probiotici? Bè serve almeno a non disconoscere una vecchia etichetta con cui abbiam giocato prima di ammantarci con l'aspetto sussiegoso della medicina integrata e cioè quella di praticare una medicina dolce. Cosa c'è di più dolce di un buon yogurt magari alla frutta?

Secondo i concetti della medicina integrativa, ovvero della versione statunitense della medicina integrata, la somministrazione di yogurt offre delle prove di efficacia clinica nel prevenire la diarrea da antibiotici, ben vengano allora le prove di comprovata efficacia nel prevenire anche le manifestazioni atopiche. D'altronde la medicina integrativa, o complementare che dir si voglia, ha accettato appieno la medicina delle

prove estendendola anche alle tecniche terapeutiche meno consuete. Si tratta quindi di valutare bene su questa base la validità di questo o quel preparato e perchè no, la validità dei prodotti alimentari che si vendono sui banchi dei supermercati oltre che in quelli delle farmacie.

È bene ricordare che è possibile medicalizzare il prossimo anche con i medicinali omeopatici ed è una tentazione, questa, che non dovremmo proprio integrare dalla corrente principale della medicina. D'altronde il clinico si differenzia dal tecnico perché, una volta posta la diagnosi, può prendersi anche la responsabilità di soprassedere o di proporre l'intervento terapeutico.

L'omeopata è portato proprio dal suo specifico professionale ad essere un clinico e quell'ora e passa di consultazione che contraddistingue la sua prestazione può concludersi anche con la prescrizione di precise norme igieniche tra cui a buon diritto entrano anche i comportamenti alimentari (e proprio in caso di necessità con una 35K tanto per non lasciare deluso nessuno).

La nota pièce teatrale “Il dottor Knock o il trionfo della Medicina” non era ambientata sotto i nostri climi che furono favorevoli alla Scuola Salernitana ed è da notare come anche in quegli altri climi si stiano diffondendo i concetti della nutri-prevenzione\*, della nutri-terapia\*\* che sarebbero poi i pilastri di una immaginabile Nutri-Medicina.

Per saperne di più:

\*Massol M. “La nutripvention”, PUF, Paris, 1997

\*\*Massol M. “La nutrithérapie”, PUF, Paris, 1998

**Carlo Poggiali**