

# Utilización de simbióticos en trastornos digestivos menores



A. Santamaría Orleans<sup>1</sup>, R. de la Iglesia Arnaez<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Dpto de Comunicación Científica, Laboratorios Ordesa, Sant Boi del Llobregat, Barcelona,

## OBJETIVO

Conocer la pauta de recomendación de probióticos y/o prebióticos en trastornos digestivos menores por parte de los profesionales sanitarios.

## MATERIAL Y MÉTODOS

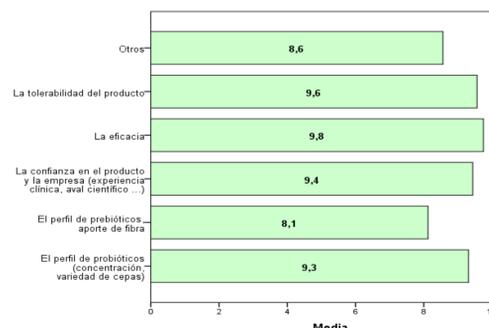
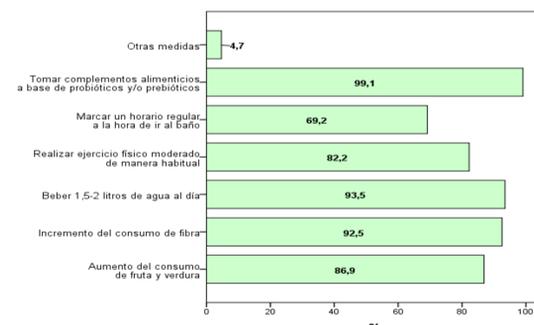
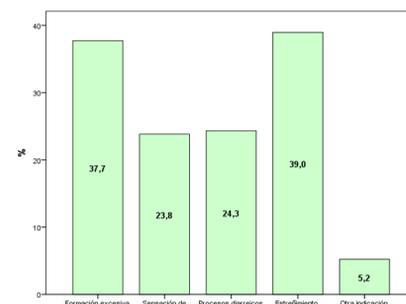
Para la obtención de información se llevaron a cabo cuestionarios de práctica clínica a 110 profesionales de toda España.

## RESULTADOS

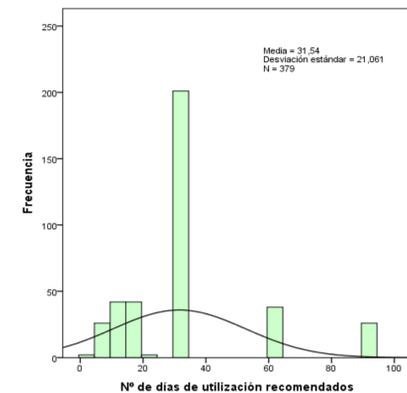
La molestia digestiva más frecuente tratada por los mismos fue la formación excesiva de gases, seguida del malestar digestivo inespecífico y de los procesos diarreicos.

Las medidas dietéticas, además del consumo habitual de probióticos y/o prebióticos, se recomendó el consumo de 1,5 a 2 litros diarios de agua, seguido del aumento del consumo de fibra y de la realización de ejercicio físico moderado.

Las características de los probióticos y/o prebióticos utilizados, la más valorada fue la eficacia de los preparados, seguida de la tolerabilidad de los mismos y de la confianza en su composición y fabricante.

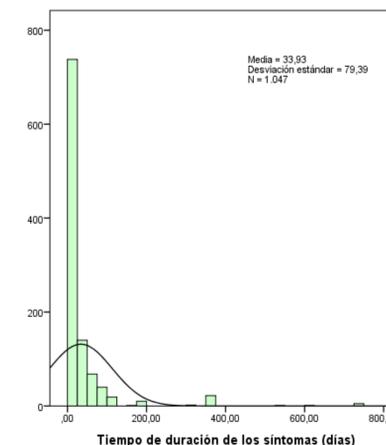
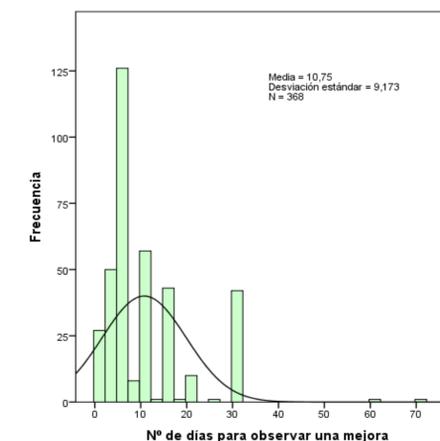
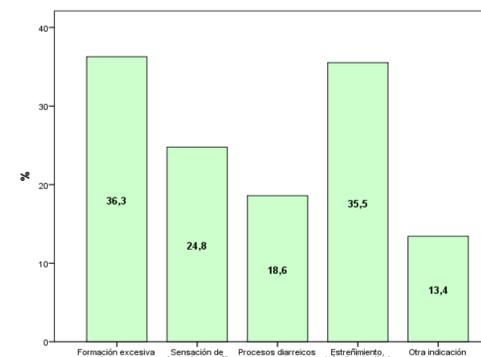


En referencia a la utilización y eficacia de uno de estos preparados elaborado a base de 10 cepas probióticas y fructooligosacáridos, los profesionales facilitaron información retrospectiva sobre 362 pacientes, a las cuales les recomendaron su utilización una media de 31,5±21 días, apreciándose una mejora de la sintomatología digestiva a los 10,8±9,2 días.



La mejora de la sintomatología fue evaluada como mucha o bastante por parte del 93,8% de los profesionales, y el grado de satisfacción fue elevado en un 91,7% de los casos. Respecto al perfil de paciente al que se suele recomendar este preparado, se registraron los datos de 1208 mujeres de forma prospectiva. La edad media fue de 42,9±13,4 años.

La indicación principal fue la formación excesiva de gases (36,3%) seguida del estreñimiento y tránsito irregular (35,5%). En el momento de iniciar la utilización del preparado, los síntomas tenían una evolución de 33,9±79,4 días.



## CONCLUSIONES

La utilización de probióticos y/o prebióticos resulta de utilidad para la mejora de los trastornos digestivos menores

