



Nota de prensa

27 de junio de 2023

Primera edición del Observatorio Internacional de las Microbiotas

**Las microbiotas son esenciales para la salud,
pero son poco conocidas en el mundo.**

**Los franceses se encuentran entre los que adoptan
menos comportamientos nuevos para preservar su microbiota.**

Encuesta bajo embargo hasta el 27 de junio, 05.00 h de la mañana

*La microbiota está formada por miles de millones de microorganismos (bacterias, virus, hongos...) que viven en simbiosis con nuestro cuerpo. Tenemos una microbiota intestinal, pero también una microbiota cutánea, una microbiota oral, una microbiota pulmonar, una microbiota urinaria, una microbiota vaginal... Estas microbiotas desempeñan un papel esencial para la salud. Pero ¿qué saben hoy nuestros conciudadanos sobre el papel de la microbiota? ¿Qué conocen sobre los comportamientos que deben adoptarse para cuidar de la microbiota? ¿Padecen hoy problemas de salud que asocian a su microbiota? ¿Qué papel desempeña en la actualidad el profesional sanitario en la información de los pacientes sobre los comportamientos capaces de preservar el equilibrio de sus microbiotas? Para responder a estas preguntas, el **Biocodex Microbiota Institute encomendó a Ipsos la realización de una gran encuesta internacional con 6500 personas en 7 países** (Francia, España, Portugal, Estados Unidos, Brasil, México y China): el Observatorio Internacional de las Microbiotas. **Más allá de las disparidades geográficas sobre los comportamientos, esta encuesta exclusiva revela un desconocimiento global del papel de las microbiotas en la salud y señala la función esencial del profesional sanitario en la comprensión de las mismas.** Los resultados se presentaron el 27 de junio de 2023, con motivo del Día Mundial de la Microbiota.*

Un escaso nivel de conocimientos sobre el papel de las microbiotas en la salud...

- **Solo 1 persona de cada 5 declara que conoce el significado exacto del término «microbiota» (21%).** La microbiota intestinal es la más conocida, pues un 53% de los encuestados conocen el término, pero solamente un 24% declara que sabe exactamente lo que es. Las demás microbiotas son mucho menos conocidas; por orden, la microbiota vaginal (el 45% de los entrevistados conocen el término y solo el 18% tiene un conocimiento exacto), la microbiota bucodental (el 43% la conoce de nombre, pero solo el 17% sabe lo que es) o la microbiota cutánea (el 40% conoce el término, pero solo el 15% sabe lo que es).
- Tres entrevistados de cada 4 tienen conciencia de que un riesgo de desequilibrio de las microbiotas puede tener consecuencias importantes para la salud (75%). El 74% de las personas entrevistadas declaran que nuestra alimentación tiene consecuencias importantes sobre el equilibrio de la microbiota y el 72% que la microbiota desempeña un verdadero papel en los mecanismos de defensa inmunitaria.
- **Pero más de 1 persona de cada 3 no son conscientes de que los antibióticos tienen un impacto sobre las microbiotas (34%).** La gran mayoría de los entrevistados ignoran que ciertas enfermedades no digestivas, como la enfermedad de Parkinson, la enfermedad de Alzheimer o incluso el autismo, podrían estar relacionadas con las microbiotas (75%).

... y una tímida toma de conciencia sobre los comportamientos correctos que deben adoptarse para cuidar de sus microbiotas

- Saben que hay que alimentarse de forma equilibrada (84%), practicar una actividad física (76%) y no fumar (72%) para gozar de buena salud y, por deducción, que estos comportamientos tienen un impacto favorable sobre las microbiotas.
- **En cambio, cuando se trata de comportamientos más específicos, el nivel de conocimientos disminuye:** solo 1 persona de cada 3 sabe que es mejor no lavarse dos veces al día para proteger la microbiota de la piel (35%). Menos de 1 mujer de cada 2 sabe que hay que evitar las duchas vaginales porque son malas para la microbiota vaginal (42%).
- Más de 1 persona de cada 2 declara haber adoptado nuevos comportamientos en su vida cotidiana para mantener el equilibrio de sus microbiotas (57%).
- **Hay que alegrarse de esta toma de conciencia, aunque también es conveniente ponerla en contexto.** Primero porque solo 1 individuo de cada 7 dice que lo hace

«mucho» (15%), los demás dicen en su mayoría que solo lo hacen «un poco» (42%). Después porque el 43% de las personas interrogadas dicen que no han adoptado ningún comportamiento específico. Los resultados del Observatorio Internacional de las Microbiotas muestran que queda mucho por hacer en este ámbito.

La microbiota explicada por los profesionales sanitarios: ¡la clave del éxito para adoptar comportamientos correctos!

- **Solo 1 persona de cada 3 declara que su médico ya le enseñó lo que es la microbiota y para qué sirve (37%).** Menos de 1 paciente de cada 2 declara que su médico ya le explicó los comportamientos correctos para mantener equilibrada la microbiota (44%, pero solo el 19% recibió estas explicaciones más de una vez).
- La información que proporcionan los médicos al momento de recetar antibióticos ilustra con claridad hasta qué punto dicha información todavía es insuficiente. Menos de 1 paciente de cada 2 dice que su médico lo informó sobre el riesgo de eventuales trastornos digestivos debidos a la toma de antibióticos (41%). Solo 1 paciente de cada 3 declara que el profesional sanitario le dio consejos para limitar al máximo las consecuencias negativas de la toma de antibióticos sobre las microbiotas (34%) o lo informó de que la toma de antibióticos podía tener consecuencias negativas sobre el equilibrio de las microbiotas (33%).
- **En cambio, desde que el paciente recibe toda la información y de manera repetida sobre el tema, su relación con la microbiota cambia por completo.** Más de 9 personas de cada 10 (95%) que recibieron esta información del profesional sanitario después adoptaron un nuevo comportamiento para mantener una microbiota equilibrada, frente al 57% de las personas que no fueron informadas.

¡Los ancianos están poco informados, aunque son los más frágiles!

- **Aunque tienen una edad en la que los problemas de salud relacionados con el envejecimiento están, en muchos de ellos, cada vez más presentes, los ancianos (mayores de 60 años) son los que saben menos lo que necesita su microbiota intestinal (20%, 4 puntos menos con respecto al total).**
- También son los que menos han adoptado nuevos comportamientos para mantener equilibrada su microbiota (solo el 50%, frente al 57% del total).
- Una vez más, ante este desfase, los médicos desempeñan un papel esencial para conseguir que los adultos mayores cambien su comportamiento. Ahora bien, son

temas de los que hablan poco. Solo 1 adulto mayor de cada 3 ya recibió explicaciones de su médico sobre los comportamientos que debe adoptar para mantener un buen equilibrio de su microbiota (32% frente a 58% en el grupo de 25-34 años). Uno de cada 4 dice que ya recibió explicaciones sobre lo que es la microbiota (26% frente a 50% en el grupo de 25-34 años). Es urgente cambiar el escenario.

Los franceses se encuentran entre los que menos adoptan nuevos comportamientos para preservar el equilibrio de la microbiota y también son los que hablan menos de ello con su médico.

- **En términos de conocimientos sobre la microbiota, los franceses tienen muchas lagunas.** Por ejemplo, son los que saben menos lo que significan de forma precisa términos como «probiótico» (31% frente a 43% del total) o también «prebiótico» (14% frente a 27% del total).
- **Sus conocimientos sobre los diferentes comportamientos que conviene adoptar son los más bajos.** Son menos numerosos que los demás en saber que el consumo de probióticos (45% frente al 62% del total) y prebióticos (31% frente al 51% del total) puede tener efectos beneficiosos en su microbiota.
- **Los franceses también son los que declaran menos haber adoptado comportamientos específicos para preservar el equilibrio de su microbiota:** solo el 47% lo ha hecho (10 puntos menos con respecto al total) y solo el 10% dice que lo hace «mucho» (5 puntos menos con respecto al total).
- **Al mismo tiempo, los franceses son los que hablan menos del tema con su médico.** Solo el 27% declara que ya le prescribieron probióticos o prebióticos (frente al 46% del total). También son los que declaran menos que su médico les explicó los comportamientos correctos que deben adoptar (25% frente al 44% del total). Por último, solo a 1 francés de cada 4 ya le explicaron para qué sirven las microbiotas (23% frente al 37% del total). Solo 1 de cada 10 declara que su médico le ha propuesto un análisis de la microbiota (14% frente al 30% del total).
- **En Francia, la educación de los pacientes es actualmente un reto fundamental para enseñarles no solo el papel de la microbiota, sino también los comportamientos que deben adoptar para preservarla lo mejor posible, y esto incumbe al médico.**

Murielle Escalmel, directora de Biocodex Microbiota Institute, declara:

«Este Observatorio, el primero en su género, nos ofrece valiosas enseñanzas no solo sobre los conocimientos y comportamientos, sino también sobre las expectativas de

las poblaciones mundiales sobre las microbiotas humanas. Recordemos también el papel clave que desempeñan los profesionales sanitarios en la sensibilización sobre los comportamientos correctos para cuidar las microbiotas. La encuesta demuestra que, desde que el paciente recibe la información completa del profesional sanitario, su relación con la microbiota cambia. Mejor aún, esta información desencadena la adopción de nuevos comportamientos adecuados. Por lo tanto, conviene reforzar el apoyo a los profesionales sanitarios para que la microbiota forme parte del control de los pacientes».

Descubra los resultados del Observatorio Internacional de las Microbiotas en:

→ www.international-microbiota-observatory.com

Acerca del Biocodex Microbiota Institute

El Biocodex Microbiota Institute es un centro internacional de conocimientos cuyo objetivo es la promoción de la salud mediante la comunicación sobre la microbiota humana. Para ello, se dirige a los profesionales sanitarios y al público en general con el fin de concienciarlos sobre el papel fundamental que desempeña este órgano tan poco conocido.

→ www.biocodexmicrobiotainstitute.com/fr



Contacto de prensa Biocodex Microbiota Institute

Olivier Valcke, relaciones públicas y responsable editorial

+33 6 43 61 32 58

→ o.valcke@biocodex.com

Contacto de prensa Ipsos

Etienne Mercier, director de la división Opinión y Salud – Ipsos

+33 6 23 05 05 17

→ etienne.mercier@ipsos.com