



Comunicado de prensa

27 de junio de 2023

Primera edición del Observatorio Internacional de las Microbiotas

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

Los brasileños tienen un mejor conocimiento de las microbiotas y están entre los que adoptan más comportamientos para preservar su microbiota.

*La microbiota está compuesta por miles de millones de microorganismos (bacterias, virus, hongos...) que viven en simbiosis con nuestro cuerpo. Tenemos una microbiota intestinal, pero también una microbiota de la piel, una microbiota de la boca y los pulmones, una microbiota urinaria, vaginal... Las microbiotas tienen un papel esencial en la salud. Pero ¿qué saben actualmente nuestros conciudadanos sobre el papel de la microbiota? ¿Qué conocen sobre los comportamientos que deben adoptarse para cuidar de la microbiota? ¿Padecen en la actualidad problemas de salud que asocian a su microbiota? ¿Qué papel desempeña hoy el profesional de la salud en la información de los pacientes sobre los comportamientos que preservan el equilibrio de las microbiotas? Para responder a estas preguntas, **Biocodex Microbiota Institute ha confiado a Ipsos la realización de una gran encuesta internacional efectuada 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 muestra un desconocimiento global del papel de las microbiotas en la salud y señala el lugar esencial del profesional de la salud en esta comprensión.** Los resultados se presentaron el 27 de junio de 2023, con motivo del Día Mundial del Microbioma.*

Un bajo 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, con un 53 % de los encuestados que conocen el término, pero solamente un 24 % que declara saber exactamente lo que es. Las otras microbiotas se conocen mucho menos, con, por este orden, la microbiota vaginal (el 45 % de los encuestados 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 de la piel (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 auténtico papel en los mecanismos de defensa inmunitaria.
- **Pero más de 1 persona de cada 3 no tienen conciencia de que los antibióticos tienen un impacto sobre las microbiotas (34 %).** La gran mayoría de los entrevistados ignoran que algunas enfermedades no digestivas, como la enfermedad de Parkinson, la enfermedad de Alzheimer o también el autismo, podrían tener una relación con las microbiotas (75 %).

... y una tímida toma de conciencia sobre los «buenos» comportamientos que conviene adoptar para cuidar las microbiotas

- Saben que conviene alimentarse de forma equilibrada (84 %), practicar una actividad física (76 %) y evitar el tabaco (72 %) para mantenerse sano y, por deducción, que estos comportamientos tienen un impacto favorable sobre las microbiotas.
- **En cambio, cuando se trata de comportamientos más específicos, el grado de conocimientos cae:** 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 tiene que evitar las duchas vaginales porque son malas para la microbiota vaginal (42 %).
- Más de 1 persona de cada 2 declara actualmente que ha adoptado comportamientos en su vida cotidiana para mantener el equilibrio de las microbiotas (57 %).
- **Hay que celebrar esta toma de conciencia, aunque también conviene relativizarla.** De entrada 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 campo.

La microbiota explicada por los profesionales de la salud: ¡la clave del éxito para adoptar los comportamientos adecuados!

- **Solo 1 persona de cada 3 declara que su médico ya le ha explicado lo que es la microbiota y para qué sirve (37 %).** Menos de 1 paciente de cada 2 declara que su médico ya le ha explicado los comportamientos adecuados para mantener equilibrada la microbiota (44 %, pero solo el 19 % ha recibido estas explicaciones más de una vez).
- La información proporcionada por los médicos durante la prescripción de antibióticos ilustra claramente hasta qué punto es todavía insuficiente. Menos de 1 paciente de cada 2 dice que ha sido informado por su médico sobre el riesgo de eventuales trastornos digestivos debidos a la toma de antibióticos (41 %). Solo 1 paciente de cada 3 declara que ha recibido consejos de su profesional de la salud para limitar en la medida de lo posible las consecuencias negativas de la toma de antibióticos sobre las microbiotas (34 %) o ha sido informado de que la toma de antibióticos puede tener consecuencias negativas sobre el equilibrio de las microbiotas (33 %).
- **En cambio, a partir del momento en que un paciente ha recibido el conjunto de las informaciones y de manera repetida sobre el tema, su relación con la microbiota cambia mucho.** Más de 9 personas de cada 10 (95 %) que han recibido esta información de su profesional de la salud han adoptado después un comportamiento para mantener una microbiota equilibrada, frente al 57 % de las personas que no han sido informadas.

¡Adultos mayores poco informados cuando son los más frágiles!

- **A pesar de que tienen una edad en la que los problemas de salud debidos al envejecimiento están, en buen número de ellos, cada vez más presentes, los adultos mayores (personas de 60 años o más) son las que saben menos lo que es de forma precisa la microbiota intestinal (20 %, 4 puntos menos con respecto al total).**
- También son los que menos han adoptados comportamientos para mantener el equilibrio de su microbiota (solo el 50 % frente al 57 % del total).
- También en este caso, ante este desfase, los médicos desempeñan un papel esencial para que los adultos mayores cambien su comportamiento. Ahora bien, son temas de los que hablan poco. Solo 1 adulto mayor de cada 3 ha recibido información de su médico sobre los comportamientos adecuados para mantener bien equilibrada su microbiota (32 % frente al 58 % en el grupo de 25-34 años). Un adulto mayor de

cada 4 dice que ya ha recibido explicaciones sobre lo que es la microbiota (26 % frente al 50 % en el grupo de 25-34 años). Es urgente cambiar esta situación.

Los brasileños se cuentan entre los que más han adoptado comportamientos específicos para cuidar su microbiota y están entre los que tienen un nivel muy bajo de conocimientos sobre los probióticos.

- **Brasil es probablemente uno de los países que, junto con México, muestra en la actualidad un nivel de educación más elevado** sobre lo que hay que saber y hacer para preservar bien las microbiotas. Por otra parte, en América Latina, los términos que realmente se conocen son «flora intestinal» (68 % en Brasil y 73 % en México) y «flora vaginal» (52 % en Brasil y 43 % en México). En cambio, se encuentran entre los que tienen el nivel más bajo de conocimientos sobre los probióticos. Solo el 39 % sabe de manera precisa lo que son los probióticos (frente al 43 % del total).
- **Junto con los chinos (64 %), los brasileños forman parte de los que más declaran que han adoptado comportamientos específicos para preservar el equilibrio de la microbiota (64 % frente al 57 % del total).**
- **Los brasileños tienen mucha más tendencia que los demás a establecer la relación entre ciertos problemas de salud y la microbiota.** De los 8 problemas médicos examinados, hay 5 que una mayoría de los brasileños relaciona con las microbiotas. Ocurre, por ejemplo, con la gastroenteritis (64 %), la diarrea después de la toma de antibióticos (64 %) o las infecciones urinarias (60 %),
- **Cerca de 1 brasileño de cada 2 (49 %) ha recibido explicaciones de su profesional de la salud sobre los comportamientos adecuados para mantener una microbiota equilibrada (frente al 44 % del total). En cambio, están peor informados sobre las consecuencias negativas de los antibióticos sobre su microbiota.** Solo 1 brasileño de cada 3 ha recibido consejos para limitar en la medida de lo posible las consecuencias negativas de la toma de antibióticos sobre las microbiotas (32 %) o ha sido informado de que la toma de antibióticos puede tener consecuencias negativas sobre el equilibrio de las microbiotas (32 %). La información proporcionada por los médicos durante la prescripción de antibióticos ilustra claramente hasta qué punto todavía es muy insuficiente para conseguir sensibilizar a los pacientes brasileños sobre los riesgos del tratamiento en términos de desequilibrio de la microbiota.

Un faible niveau de connaissance sur le rôle des microbiotes pour la santé...

- **Seule 1 personne sur 5 déclare connaître la signification exacte du terme microbiote (21%).** Le microbiote intestinal demeure le plus connu avec 53% des sondés qui connaissent le terme mais seulement 24% qui déclarent savoir exactement ce que c'est. Les autres microbiotes sont beaucoup plus méconnus avec, dans l'ordre, le microbiote vaginal (45% des interviewés connaissent le terme et seulement 18% en ont une connaissance exacte), le microbiote bucco-dentaire (43% le connaissent de nom mais 17% savent ce que c'est) ou encore le microbiote de la peau (40% connaissent le terme mais seuls 15% savent ce que c'est).
- 3 interviewés sur 4 ont conscience qu'un risque de déséquilibre des microbiotes peut avoir des conséquences importantes pour la santé (75%). 74% des personnes interviewées déclarent que notre alimentation a des conséquences importantes sur l'équilibre de notre microbiote et 72% que le microbiote joue un vrai rôle dans les mécanismes de défense immunitaire.
- **Mais plus d'1 personne sur 3 n'a pas conscience que les antibiotiques ont un impact sur nos microbiotes (34%).** La grande majorité des interviewés ignore que certaines maladies non digestives comme la maladie de Parkinson, la maladie d'Alzheimer ou encore l'autisme pourraient avoir un lien avec les microbiotes (75%).

... et une timide prise de conscience sur les « bons » comportements à avoir pour prendre soin de ses microbiotes

- Ils savent qu'il faut avoir une alimentation équilibrée (84%), pratiquer une activité physique (76%) et éviter de fumer (72%) pour rester en bonne santé et par déduction que ces comportements ont un impact favorable sur les microbiotes.
- **En revanche, lorsqu'il s'agit de comportements plus spécifiques, le niveau de connaissance s'effondre :** seulement 1 personne sur 3 sait qu'il vaut mieux ne pas se laver deux fois par jour pour préserver le microbiote de sa peau (35%). Moins d'1 femme sur 2 sait qu'il faut éviter les douches vaginales parce qu'elles sont mauvaises pour leur microbiote vaginal (42%).
- Plus d'1 personne sur 2 déclare aujourd'hui avoir adopté des comportements dans sa vie de tous les jours pour conserver l'équilibre de ses microbiotes (57%).
- **Il faut saluer cette prise de conscience, même s'il convient de la relativiser aussi.** D'abord parce que seulement 1 individu sur 7 dit le faire « beaucoup » (15%), les

autres disent pour la plupart le faire seulement « un peu » (42%). Ensuite parce que 43% des personnes interrogées disent n'avoir adopté aucun comportement spécifique. Les résultats de l'Observatoire International des Microbiotes montrent qu'il reste beaucoup à faire dans ce domaine-là.

Le microbiote expliqué par les professionnels de santé : la clé du succès pour adopter des bons comportements !

- **Seule 1 personne sur 3 déclare que son médecin lui a déjà appris ce qu'était le microbiote et ce à quoi il servait (37%).** Moins d'1 patient sur 2 déclare que son médecin lui a déjà expliqué les bons comportements pour maintenir son microbiote équilibré (44% mais seulement 19% ont eu ces explications plus d'une fois).
- L'information délivrée par les médecins lors de la prescription d'antibiotiques illustre bien à quel point celle-ci reste encore insuffisante. Moins d'1 patient sur 2 dit avoir été informé par son médecin sur les risques d'éventuels troubles digestifs liés à la prise d'antibiotiques (41%). Seul 1 patient sur 3 déclare avoir reçu de son professionnel de santé des conseils pour limiter le plus possible les conséquences négatives de la prise d'antibiotiques sur ses microbiotes (34%) ou avoir été informé que la prise d'antibiotiques pouvait avoir des conséquences négatives sur l'équilibre de ses microbiotes (33%).
- **En revanche, à partir du moment où un patient a eu l'ensemble des informations et de manière répétée sur le sujet, son rapport au microbiote change beaucoup.** Plus de 9 personnes sur 10 (95%) ayant bénéficié de l'information auprès de leur professionnel de santé ont par la suite adopté un comportement pour maintenir un microbiote équilibré contre 57% des personnes n'ayant pas été informées.

Des seniors peu informés alors qu'ils sont plus fragiles !

- **Alors même qu'ils sont à un âge où les problèmes de santé liés au vieillissement vont, pour bon nombre d'entre eux, devenir de plus en plus présents, les seniors (les personnes âgées de 60 ans et plus) sont ceux qui savent le moins ce qu'est précisément le microbiote intestinal (20%, -4 points par rapport au global).**
- **Ils sont aussi ceux qui ont le moins adopté de comportements pour garder leur microbiote équilibré (seulement 50% contre 57% au global).**
- Là encore, face à ce décalage, les médecins ont un rôle essentiel à jouer pour amener les seniors à changer leurs comportements. Or, ce sont des sujets dont ils parlent

peu. Seul 1 sénior sur 3 s'est déjà vu expliquer par son médecin les bons comportements à avoir pour conserver un bon équilibre de son microbiote (32% contre 58% pour les 25-34 ans). 1 sénior sur 4 dit avoir déjà eu des explications sur ce qu'est le microbiote (26% contre 50% pour les 25-34 ans). Il y a urgence à changer la donne.

Les Brésiliens comptent parmi ceux qui ont le plus adopté des comportements spécifiques pour prendre soin de leur microbiote, ils sont parmi ceux qui ont un très faible niveau de connaissance des probiotiques

- **Le Brésil est probablement l'un des pays qui, avec le Mexique, affiche aujourd'hui un niveau d'éducation les plus élevés** sur ce qu'il faut savoir et faire pour bien préserver ses microbiotes. En Amérique latine, ce sont les termes de « flore intestinale » (68% au Brésil et 73% au Mexique) et de « flore vaginale » (52% au Brésil et 43% au Mexique) qui sont d'ailleurs véritablement connus. En revanche, ils sont parmi ceux qui ont le plus faible niveau de connaissance des probiotiques. Seuls 39% savent précisément ce que sont les probiotiques (contre 43% au global).
- **Avec les Chinois (64%), les Brésiliens font partie de ceux qui déclarent le plus avoir adopté des comportements spécifiques pour préserver l'équilibre de leur microbiote (64% contre 57% au global).**
- **Les Brésiliens ont beaucoup plus tendance que les autres à faire le lien entre certains problèmes de santé et leur microbiote.** Sur les 8 problèmes médicaux testés, il y en a 5 pour lesquels une majorité de Brésiliens font le lien avec les microbiotes. C'est le cas par exemple pour les gastro-entérites (64%), les diarrhées post-antibiotiques (64%) ou encore les infections urinaires (60%),
- **Près d'1 Brésilien sur 2 (49%) s'est vu expliquer par son professionnel de santé les bons comportements à avoir pour maintenir son microbiote équilibré (contre 44% au global).** En revanche, ils sont moins bien informés sur les conséquences négatives des antibiotiques sur leur microbiote. Seulement 1 Brésilien sur 3 a reçu des conseils pour limiter le plus possible les conséquences négatives de la prise d'antibiotiques sur ses microbiotes (32%) ou a été informé que la prise d'antibiotiques pouvait avoir des conséquences négatives sur l'équilibre de ses microbiotes (32%). L'information délivrée par les médecins lors de la prescription

Para Murielle Escalmel, directora de Biocodex Microbiota Institute

“ Este Observatorio, primero en su género, nos ofrece valiosas enseñanzas sobre los conocimientos y comportamientos, pero también las expectativas de las poblaciones mundiales sobre las microbiotas humanas. Recordemos también el papel clave que tienen los profesionales de la salud en la sensibilización sobre los comportamientos adecuados para cuidar las microbiotas. Lo que demuestra la encuesta es que, a partir del momento en que el paciente recibe la información de su profesional de la salud, su relación con la microbiota cambia. Mejor, se desencadenan comportamientos adecuados. Por lo tanto, es conveniente reforzar el apoyo a los profesionales de la salud 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