

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 mexicanos 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 saben que la 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 (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!

- 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). Solo una minoría de los entrevistados declaran que han sido sensibilizados por su médico sobre la importancia de tener una microbiota bien equilibrada (42 %). Por último, solo 1 persona de cada 3 declara que su médico ya le ha explicado lo que es la microbiota y para qué sirve (37 %).
- 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 toda la información de manera repetida de su profesional de la salud han adoptado después un comportamiento para mantener una microbiota equilibrada, frente al 57 % del conjunto de las personas interrogadas.

¡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 mexicanos tienen niveles de conocimiento superiores a los otros y comportamientos más adecuados, probablemente debido a una mayor implicación de los médicos en la educación de los pacientes.

- **México es probablemente uno de los países que, junto con Brasil, 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).
- **Los mexicanos forman parte de los que tienen los mejores conocimientos sobre el papel de las microbiotas.** Se cuentan entre los que más saben que el desequilibrio de las microbiotas puede tener consecuencias importantes para la salud en algunos casos (81 % frente al 75 % del total), que nuestra alimentación tiene consecuencias importantes sobre el equilibrio de la microbiota (81 % frente al 74 % del total) o que desempeña un papel importante en los mecanismos de defensa inmunitaria (78 % frente al 72 % del total).
- **Junto con los brasileños (64 %) y los chinos (64 %), son los que más declaran que han adoptado comportamientos específicos para preservar el equilibrio de la microbiota (62 % frente al 57 % del total).** Junto con los brasileños, son los que más conocen la importancia de una alimentación equilibrada (90 %) y una actividad física (83 %). Sobre todo, están especialmente sensibilizados sobre la importancia de consumir probióticos (80 % frente al 62 % del total) y prebióticos (70 % frente al 51 % del total).
- **Los mexicanos tienen mucha más tendencia que los demás a establecer relaciones entre ciertos problemas de salud y la microbiota.** De los 8 problemas médicos examinados, hay 5 que una mayoría de los mexicanos relaciona con las microbiotas. Es el caso, por ejemplo, de la gastroenteritis (69 %), los episodios de trastornos intestinales (69 %), la diarrea después de la toma de antibióticos (66 %) o los trastornos del aparato digestivo (65 %),

- **En especial, los mexicanos hablan mucho más que los demás con los profesionales de la salud sobre este tema**, por ejemplo, declaran mucho más que piden a su médico que les prescriba probióticos y prebióticos (71 % frente al 46 % del total), que les explique los comportamientos correctos para mantener la microbiota lo mejor equilibrada posible (63 % frente al 44 % del total) o que han sido sensibilizados por el médico sobre la importancia de preservar al máximo el equilibrio de la microbiota (56 % frente al 42 % del total).

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».

A propósito de Biocodex Microbiota Institute

Biocodex Microbiota Institute es un foro internacional de conocimientos que tiene por objeto promover una mejor salud a través de la información sobre la microbiota humana. Para ello, se dirige a los profesionales de la salud, así como al gran público, con el fin de sensibilizarlos sobre el papel esencial de este órgano todavía desconocido.

→ <https://www.biocodexmicrobiotainstitute.com/es>



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 del polo Opinión y Salud - Ipsos

+33 6 23 05 05 17

→ etienne.mercier@ipsos.com