

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 portugueses tienen conocimientos relativamente buenos sobre el papel de las microbiotas, pero saben poco sobre los probióticos: la mayoría de ellos hace pocas cosas para asegurar el equilibrio de su microbiota intestinal.

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 portugueses tienen conocimientos relativamente buenos sobre el papel de las microbiotas, pero saben poco sobre los probióticos: la mayoría de ellos hacen todavía pocas cosas para asegurar el equilibrio de su microbiota intestinal.

- **Los portugueses están más familiarizados con el término «flora» que con el de «microbiota».** En efecto, forman parte de los que conocen menos el significado preciso del término «microbiota» (17 % frente al 21 % del total) y son los que menos han oído hablar de la «microbiota intestinal», junto con los estadounidenses (45 % frente al 53 % del total). En cambio, tienen un mejor conocimiento de los términos «flora intestinal» (el 69 % saben de forma precisa lo que es, frente al 53 % del total) y «flora vaginal» (58 % frente al 40 % del total), que por otra parte son realmente conocidos.
- **Los portugueses forman parte de los que tienen los mejores conocimientos sobre el papel de las microbiotas...** La gran mayoría de ellos saben que el desequilibrio de las microbiotas puede tener consecuencias importantes para la salud en algunos casos (85 % frente al 75 % del total), que nuestra alimentación tiene consecuencias importantes sobre el equilibrio de la microbiota (83 % frente al 74 % del total), que desempeña un papel importante en los mecanismos de defensa inmunitaria (76 % frente al 72 % del total) o que la toma de antibióticos tiene un impacto sobre las microbiotas (72 % frente al 66 % del total).
- **... pero están poco al corriente de los probióticos y los prebióticos:** los conocen mal, solo el 37 % sabe de forma precisa lo que son los probióticos (frente al 43 % del total) y menos de 1 portugués de cada 6 (17 %) declara que sabe lo que son realmente los prebióticos (frente al 27 % del total).

- **Si bien la mayoría de los portugueses declaran que han adoptado comportamientos para preservar el equilibrio de sus microbiotas (58 %), la mayoría solo lo hace «un poco» (45 %, frente solo el 13 % que dicen que lo hacen mucho).** Sin embargo, forman parte de los que más conocen la importancia de una alimentación equilibrada (89 %) y una actividad física (81 %). En cambio, se encuentran entre los que están menos sensibilizados sobre la importancia de consumir probióticos (51 % frente al 62 % del total) y prebióticos (36 % frente al 51 % del total).
- **Al mismo tiempo, los portugueses forman parte de los que hablan menos con los profesionales de la salud sobre el tema.** Solo el 32 % declara que ya le han prescrito probióticos o prebióticos (frente al 46 % del total). Solo una minoría de ellos consideran que les han explicado los comportamientos correctos que deben adoptar (35 % frente al 44 % del total). Por último, solo a 1 portugués de cada 4 ya le han explicado para qué sirven las microbiotas (26 % frente al 37 % del total). Solo al 22 % ya le han aconsejado que se examine la microbiota (frente al 30 % del total).
- **En Portugal, la educación de los pacientes es actualmente un reto esencial para enseñarles no solo el papel de las microbiotas, sino también los comportamientos que deben adoptar para preservarlas lo mejor posible. Esta educación debe pasar en parte por los profesionales de la salud.**

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