

Enseñanzas esenciales

Junio de 2025

1. Microbiota: Conocimiento en aumento, comportamientos rezagados

- El estudio de 2025 revela una primera paradoja: aunque la conciencia sobre los problemas de salud relacionados con la microbiota sigue creciendo, este conocimiento aún no se traduce en acciones. La adopción de comportamientos beneficiosos permanece estancada. El público aún carece de una comprensión clara sobre las prácticas necesarias para mantener una microbiota equilibrada.

2. Microbiota: ¿Una brecha generacional?

- La paternidad parece ser una puerta de entrada a la educación sobre la microbiota. Por el contrario —y esta es la segunda paradoja—, las personas mayores, a pesar de pertenecer a una población de mayor riesgo, siguen siendo las menos informadas o formadas en este tema.

3. El “desencadenante microbiota” vendrá del personal sanitario

- Reconocidos como figuras de confianza, los profesionales de la salud son considerados los catalizadores más eficaces para impulsar cambios de comportamiento. Su papel es crucial para ayudar al público a adoptar mejores hábitos para la salud de la microbiota.

4. Test de microbiota: un entusiasmo revelador

- La tercera edición del estudio confirma una creciente conciencia pública: muchas personas están dispuestas a someterse a un test de microbiota, incluso antes que a otros exámenes médicos. Este entusiasmo nace del deseo de comprender mejor su propia salud, especialmente la salud digestiva, y de apoyar la investigación científica.

5. Comprender el impacto de los antibióticos en la microbiota: todavía no es un reflejo automático

- Aunque los profesionales de la salud hablan cada vez más sobre la microbiota con sus pacientes, el estudio revela una falta persistente de conciencia sobre los efectos nocivos de los antibióticos en el equilibrio de la microbiota. Pocos encuestados reconocen los riesgos, y aún menos conocen el papel protector de los probióticos y prebióticos. La coprescripción sigue siendo poco frecuente, lo que evidencia una importante brecha en materia de prevención y educación sanitaria.