

Comunicado de prensa

El Observatorio Internacional de las Microbiotas, 4.ª edición, 2026

La microbiota vaginal: cómo pueden ayudar los profesionales sanitarios a que el conocimiento se traduzca en hábitos prácticos de salud

*Por **cuarto año consecutivo**, el Biocodex Microbiota Institute encargó a Ipsos bva un amplio estudio internacional sobre la microbiota: el **Observatorio Internacional de las Microbiotas**. Ipsos bva ha llevado a cabo este estudio a gran escala con **7500 personas de 11 países** (EE. UU., Brasil, México, Francia, Alemania, Italia, Portugal, Polonia, Finlandia, China y Vietnam). En cada país, **se entrevistó a una muestra representativa de la población mayor de 18 años**. Se garantizó la representatividad mediante el método de muestreo por cuotas aplicado al género, la edad, la región y la profesión de los participantes. El estudio se llevó a cabo en línea entre el 3 de febrero y el 13 de marzo de 2026. Como parte de esta muestra, **se entrevistó a 3872 mujeres**.*

La microbiota vaginal es esencial para la salud de la mujer. Pero ¿hasta qué punto las mujeres entienden qué es? ¿Qué conductas adoptan para cuidarla? ¿Qué orientación reciben por parte de los profesionales sanitarios?

Los resultados de esta cuarta edición muestran que ha aumentado el número de personas que conocen la existencia de la microbiota vaginal; no obstante, la comprensión sobre cómo funciona no ha avanzado mucho. Además, la orientación proporcionada por los profesionales sanitarios sigue siendo escasa. La consolidación y el crecimiento de este asesoramiento son fundamentales para que las mujeres puedan adoptar prácticas de un estilo de vida beneficioso para la microbiota.

1. Las mujeres están más familiarizadas con la microbiota vaginal, pero aún no entienden del todo qué es

- **La identificación de la microbiota vaginal** entre las mujeres continúa en una **trayectoria positiva**: el 56 % conoce la existencia del microbioma vaginal, lo que supone un aumento de 2 puntos frente a 2025.
- **No obstante, solo una pequeña minoría sabe exactamente qué es.** Hoy, una de cada cinco mujeres dice tener un conocimiento preciso de este microbioma (el 23 %). Esto concuerda con los datos del año anterior, con un ligero descenso de un punto frente a 2025. Aunque es una tendencia alentadora, parece que siguen sin tenerse conocimientos profundos.
- **La comprensión por parte de las mujeres** continúa siendo **sólida con respecto a varios aspectos clave**: el 69 % sabe que los antibióticos tienen efectos adversos sobre la microbiota vaginal (-3 puntos desde 2025); el 65 % es consciente del riesgo de sequedad vaginal a causa de una microbiota desequilibrada; el 64 % entiende que la microbiota vaginal funciona como una barrera protectora (-2 puntos desde 2025) y el mismo porcentaje (64 %) sabe que la microbiota vaginal de cada mujer es distinta (-2 puntos desde 2025).
- **El conocimiento sobre ciertas áreas no ha mejorado y sigue siendo escaso.** Más de la mitad de las mujeres entienden que la microbiota vaginal experimenta cambios a lo largo de su vida (el 56 %, -4 puntos desde 2025). Además, el 57 % conoce la función de autolimpieza de la vagina (-1 punto desde 2025).
- **Sigue habiendo importantes lagunas de conocimiento con respecto a factores que influyen en la microbiota vaginal** y, de nuevo, no se ha avanzado en el último año. Solo el 50 % de las mujeres encuestadas sabía que fumar afecta a la microbiota vaginal, lo que supone un descenso de 5 puntos desde 2025. Además, únicamente el 45 % de las mujeres conoce la conexión entre el intestino y la microbiota vaginal, una cifra que no ha cambiado desde 2025. Por último, solo una de cada cinco mujeres es consciente del efecto protector de las píldoras anticonceptivas orales combinadas sobre la microbiota (21 %, -1 punto frente a 2025).
- **Las mujeres apenas son conscientes de las consecuencias del desequilibrio de la microbiota vaginal en el embarazo.** Solo el 37 % conoce el efecto del parto (vaginal o por cesárea) en la microbiota intestinal del recién nacido, lo que refleja un descenso de 4 puntos desde 2025. Asimismo, las mujeres tienen un conocimiento limitado de las consecuencias de una microbiota vaginal desequilibrada: solo una minoría sabía que puede afectar al riesgo de aborto natural o de complicaciones durante el embarazo (49 %) y al riesgo de nacimiento prematuro (45 %).

2. La falta de orientación persiste: las mujeres quieren respuestas sobre la microbiota vaginal, pero muy pocas reciben asesoramiento práctico

- **La orientación prestada por los profesionales sanitarios sigue siendo muy escasa; la mayoría de las mujeres recibe poca información de su parte.** Solo el 36 % recuerda que le hayan explicado qué es la microbiota vaginal y cuáles son sus funciones (– 1 punto desde 2025). Únicamente al 40 % se le informó de la importancia de mantener el equilibrio de la microbiota, y el mismo porcentaje recibió consejos prácticos para preservarlo, lo que supone una disminución de 2 puntos respectivamente desde 2025.
- **Sigue sin abordarse lo suficiente la salud íntima durante las consultas médicas.** Solo el 47 % de las mujeres dijo haber recibido orientación sobre el modo correcto de asear la zona íntima. Además, se habla con menos de la mitad de las encuestadas (el 47 % y el 42 %, respectivamente) del efecto en la microbiota vaginal de los productos de higiene íntima como las compresas o la copa menstrual.
- **Sigue habiendo una necesidad acuciante de mejorar la educación de las pacientes y la comunicación con ellas en todas estas áreas. Además, existe una indudable demanda de información.** A un aplastante 86 % de las mujeres le gustaría recibir más orientación por parte de los profesionales sanitarios sobre la microbiota vaginal y su repercusión en la salud (+1 punto frente a 2025).
- **No obstante, algunas mujeres reconocen que les resulta difícil tratar cuestiones de salud íntima con los profesionales sanitarios.** A dos de cada cinco mujeres les cuesta hablar sobre molestias sexuales con profesionales sanitarios (41 %); al 31 %, comentar la sequedad vaginal; y a una cuarta parte, abordar las infecciones de orina o la candidiasis (23 %).

3. Conductas beneficiosas para la microbiota vaginal: adopción parcial; las prácticas dañinas no desaparecen

Aunque algunos comportamientos protectores están bien integrados en los hábitos diarios de las mujeres, otros siguen sin adoptarse lo suficiente, y persisten prácticas dañinas para la microbiota vaginal.

- Tres de cada cuatro mujeres llevan ropa interior de algodón habitualmente (el 74 %), y el 69 % evita utilizar desodorante o aerosoles higiénicos en la zona íntima.
- **No obstante, otras conductas protectoras se han adoptado en menor medida:** el 44 % dice utilizar soluciones limpiadoras sin jabón para la zona íntima (varias veces a la semana) y solo el 32 % duerme sin ropa interior (varias veces a la semana).
- **Además, algunas prácticas dañinas siguen presentes.** El 58 % de las mujeres suele lavarse el cuerpo dos o más veces al día al menos una vez por semana, y más de la mitad (el 56 %) opta por automedicarse cuando siente irritación, picores o quemazón, en lugar de consultar a un profesional sanitario. Por otra parte, el 28 % de las mujeres se hace duchas vaginales todas las semanas.

4. La edad: un factor clave para entender y proteger la microbiota vaginal

Este año, de nuevo, las mujeres de 60 años o más son las que cuentan con menos información sobre la microbiota vaginal. No obstante, las más mayores siguen adoptando comportamientos que la protegen.

- **El conocimiento de la microbiota vaginal sigue siendo particularmente bajo entre las mujeres de más edad:** solo el 16 % de aquellas mayores de 60 años sabe exactamente qué es, en comparación con el 23 % de la población femenina general.
- **Existen considerables lagunas de conocimiento en varias áreas.** Por ejemplo, solo el 50 % de las mujeres de más de 60 años sabe que la vagina se limpia sola (en comparación con el 57 % de todas las mujeres). Menos saben que fumar puede afectar a la microbiota vaginal (el 45 % frente al 50 %). Al igual que las mujeres de otros grupos de edad, demuestran un conocimiento más limitado de cómo influye el tipo de parto en la microbiota del recién nacido (el 31 % frente al 37 %) y del posible efecto protector de las píldoras anticonceptivas orales combinadas en la microbiota vaginal (el 18 % frente al 21 %).
- Además, este grupo de edad es menos consciente del posible efecto del desequilibrio de la microbiota en las infecciones de transmisión sexual (el 62 % frente al 67 %), la fertilidad (el 44 % frente al 53 %), el riesgo de aborto natural y complicaciones durante el embarazo (el 39 % frente al 49 %) y el riesgo de parto prematuro (el 35 % frente al 45 %).
- **No obstante, entre las mayores de 60 años, el conocimiento de ciertos temas clave es relativamente alto:** el 71 % sabe que los antibióticos pueden alterar la microbiota vaginal —un porcentaje mayor que en el caso de las mujeres jóvenes, que es del 60 % entre las mujeres de 25 a 34 años—; el 61 % es consciente de que la microbiota vaginal de cada mujer es única (frente al 64 % de entre todas las mujeres), y el 54 %



entiende que cambia desde la infancia hasta la menopausia (en comparación con el 56 % de entre todas las mujeres).

- **Las mujeres de 60 años o más dicen adoptar hábitos clave beneficiosos para la microbiota vaginal.** Un mayor porcentaje suele llevar ropa interior de algodón habitualmente (el 80 % frente al 74 % general) y evita los desodorantes en la zona íntima (el 77 % frente al 69 %). La mayoría evita también las duchas vaginales (el 61 % frente al 56 % de todas las mujeres).
- **No obstante, algunas prácticas no son sistemáticamente mejores que las de la media:** solo el 46 % utiliza una solución limpiadora sin jabón para la higiene íntima varias veces a la semana (frente al 44 % del total), y el 28 % se lava el cuerpo varias veces al día, una costumbre que puede alterar el equilibrio de la microbiota vaginal (frente al 25 % de total).
- **Con respecto a los profesionales sanitarios, es menos probable que las mujeres mayores de 60 años recuerden haber recibido información sobre la microbiota vaginal.** Solo a tres de cada diez se les explicó la importancia de mantener una microbiota equilibrada (al 29 % frente al 40 % del total), al 28 % se le habló sobre las conductas beneficiosas para dicho equilibrio (frente al 40 %) y solo a una de cada cuatro se le enseñó qué es la microbiota vaginal y qué funciones cumple (al 25 % frente al 36 %). Este grupo de edad también recibió menos orientación sobre las prácticas adecuadas de higiene íntima (el 39 % frente al 47 %) y sobre cómo influyen los productos higiénicos para la zona íntima en la microbiota vaginal (el 38 % frente al 47 %).

Mujeres jóvenes: siguen teniendo un conocimiento más sólido de la microbiota vaginal; no obstante, esto no siempre se traduce en conductas que la favorezcan. Esto subraya la necesidad de pasar del conocimiento a unos hábitos constantes y beneficiosos para la salud que mantengan el equilibrio de la microbiota vaginal.

- Las mujeres de entre 25 y 34 años son más propensas (el 31 %) a saber con precisión qué es la microbiota vaginal, en comparación con solo el 23 % del total de mujeres.
- **El conocimiento de algunos temas clave es relativamente elevado.** Son más conscientes de la capacidad de autolimpieza de la vagina (el 61 % frente al 57 % del total) y comprenden mejor el efecto del tipo de parto en la microbiota intestinal del recién nacido (el 44 % frente al 37 %). Asimismo, están más informadas sobre el efecto de una microbiota desequilibrada en la fertilidad (el 58 % frente al 53 %) y en los riesgos de aborto natural o complicaciones durante el embarazo (el 53 % frente al 49 %).
- **No obstante, sigue habiendo lagunas importantes:** aunque la mayoría sabe que la microbiota vaginal actúa como barrera contra microorganismos patógenos, este

conocimiento es inferior a la media (el 60 % frente al 64 %), y el mismo porcentaje entiende que los antibióticos pueden alterar la microbiota vaginal, de nuevo por debajo del promedio del total (el 60 % frente al 69 %).

- **Sin embargo, las mujeres de entre 25 y 34 años dicen haber recibido más información por parte de los profesionales sanitarios que otras.** En las consultas, se las ha educado más sobre la importancia de mantener una microbiota vaginal equilibrada (el 48 % frente al 40 % del total), sobre las conductas beneficiosas necesarias para mantener este equilibrio (el 49 % frente al 40 %) y sobre la naturaleza y la función de la microbiota vaginal (el 46 % frente al 36 %). **No obstante, estas cifras siguen estando por debajo de la mayoría, lo que indica que la información proporcionada por los profesionales sanitarios sigue siendo insuficiente.**
- También es más habitual que recuerden que los profesionales sanitarios les aconsejaron sobre las prácticas de higiene íntima (el 53 % frente al 47 % del total) y les advirtieron sobre el efecto en la microbiota vaginal de los productos de higiene íntima (el 53 % frente al 47 %) y de otros productos higiénicos, como compresas o las copas menstruales (el 48 % frente al 42 %). **De nuevo, aunque son valores superiores a la media, siguen siendo moderados, ya que solo aproximadamente la mitad de las mujeres recibió estos consejos.**
- **A pesar del mayor conocimiento y de haber recibido algo más de orientación por parte de los profesionales sanitarios, hay dos conductas dañinas que siguen siendo más habituales que entre las mujeres en general:** el 36 % utiliza desodorantes o aerosoles higiénicos en la zona íntima (frente al 25 %) y el 35 % se hace duchas vaginales al menos una vez por semana (frente al 24 %). Además, muchas prefieren automedicarse para la irritación, el picor o la quemazón en la zona íntima en lugar de consultar a un profesional sanitario (el 61 % frente al 56 %).

BMI-26-29

Sobre el Biocodex Microbiota Institute

El Biocodex Microbiota Institute es un centro internacional de conocimiento dedicado a la microbiota. Instruye al público en general y a los profesionales de la salud sobre la importancia de la microbiota en la atención médica y el bienestar.

www.biocodexmicrobiotainstitute.com/es



International
Microbiota
Observatory



Contacto de prensa del Biocodex Microbiota Institute:

Olivier Valcke, director del Biocodex Microbiota Institute
Comunicación global sobre la microbiota

+33 6 43 61 32 58

o.valcke@biocodex.com

Contacto de prensa de Ipsos:

Étienne Mercier, **director de Opinión y Salud** – Asuntos Públicos de Ipsos

+33 6 23 05 05 17

Etienne.Mercier@ipsos.com