

Quale probiotico per il paziente con IBS-D e sensibilità al glutine?

Luglio 2023.2



Il *Bifidobacterium longum* ES1 è stato ampiamente studiato per una sua caratteristica unica rispetto a tutti gli altri bifidobatteri, che è quella di digerire la gliadina.

Studi sull'uomo hanno evidenziato i benefici dell'assunzione dell'ES1 in *add on* alla dieta aglutinata, in pazienti con sensibilità al glutine e celiachia, rispetto alla sola dieta. Il risultato è sicuramente il frutto della capacità del ceppo di digerire le contaminazioni di gliadina, comunque presenti in una dieta aglutinata e allo stesso tempo migliorare lo stato del microbiota intestinale.

Questo doppio vantaggio consentirebbe al clinico di gestire in modo puntuale e completo il paziente con IBS-D e sensibilità al glutine. Inoltre, la sensibilità al glutine è considerata da alcuni come un sottotipo di IBS-D, in quanto mostrano spesso gli stessi sintomi intestinali ed extra-intestinali e lo stesso carattere infiammatorio.

Un importante marker di infiammazione intestinale è la zonulina; elevati livelli di zonulina, proteina coinvolta nella regolazione delle giunzioni intestinali, implicano una maggiore permeabilità intestinale; infatti, tanto più sono elevati i livelli di zonulina, peggiore è la sintomatologia gastrointestinale.

Allo stesso modo, nei pazienti con IBS-D e sensibilità al glutine, è possibile osservare aumento dei livelli di citochine pro-infiammatorie e riduzione di quelle antinfiammatorie.

Attività antinfiammatoria del *B. longum* ES1

Nello studio "[Clinical response and changes of cytokines and zonulin levels in patients with diarrhoea-predominant Irritable Bowel Syndrome treated with Bifidobacterium Longum ES1 for 8 or 12 Weeks: a preliminary report](#)" condotto su pazienti con IBS-D, sono state valutate le variazioni nei livelli sierici di zonulina e di citochine, allo scopo di definire l'attività antinfiammatoria del ceppo ES1.

Lo studio è stato condotto da un gruppo di gastroenterologi torinesi che hanno arruolato pazienti, tra i 16 e i 65 anni, affetti da IBS-D, ai quali hanno somministrato il ceppo ES1 una volta al giorno per 8 e 12 settimane.

I pazienti sono stati valutati per sintomatologia, qualità di vita e Bristol stool scale. Inoltre, sono stati misurati i livelli sierici di zonulina e di citochine come IL-6, IL-8, IL-10, IFN-gamma e TNF-alfa, allo scopo di definire possibili variazioni del grado di infiammazione e della permeabilità intestinale.

Quali risultati ha dato l'assunzione dell'ES1?

- Riduzione dei sintomi dell'IBS nel 50% dei soggetti, dopo 3 mesi;
- miglioramento del dolore addominale nel 63% dei soggetti, dopo 3 mesi;
- normalizzazione delle feci già dopo 2 mesi.

Il monitoraggio delle citochine ha fatto registrare una diminuzione delle citochine infiammatorie, insieme ad un aumento di quelle antinfiammatorie, sia a 8 che a 12 settimane; una significativa riduzione dei livelli di zonulina sierica è stata invece osservata a 12 settimane.

Lo studio dimostra l'efficacia antinfiammatoria del ceppo *B. longum* ES1, che va a sommarsi alla sua specifica capacità di digerire piccole quantità di gliadina e l'insieme di queste due caratteristiche rende il *B. longum* ES1 il probiotico di precisione nel paziente con IBS-D e sensibilità al glutine. Inoltre, altri studi hanno evidenziato il vantaggio dell'assunzione dell'ES1 insieme alla dieta aglutinata, rispetto alla sola dieta, nei pazienti intolleranti al glutine, al fine di riequilibrare il loro microbiota intestinale.

