



L'efficacia anti-stipsi del *Bifidobacterium longum* W11

Dicembre 2024.1

La sindrome dell'intestino irritabile (IBS), caratterizzata dalla coesistenza di dolore e/o gonfiore intestinali e alterazioni dell'alvo (diarroico, alterno, costipato) è positivamente correlata a variazioni nel microbiota intestinale.

La somministrazione di specifici ceppi bifidobatterici può creare una condizione favorevole per mantenere e/o ripristinare un corretto equilibrio del microbiota intestinale.

Lo studio clinico multicentrico [Effect of a symbiotic preparation on the clinical manifestations of irritable bowel syndrome, constipation-variant. Results of an open, uncontrolled multicenter study](#) valuta l'efficacia e la tollerabilità di una preparazione nutraceutica contenente il ceppo probiotico *Bifidobacterium longum* W11 sui sintomi e sulla frequenza di evacuazione in pazienti con IBS sottotipo costipazione (IBS-C).

Profilo degli arruolati ed endpoints valutati

Questo studio, condotto in 43 istituzioni distribuite omogeneamente dal Nord al Sud Italia, ha arruolato un totale di 636 pazienti aventi diagnosi di IBS-C (250 uomini e 386 donne), di età compresa tra i 18 e gli 80 anni, che hanno ricevuto il simbiotico contenente W11 per almeno 36 giorni.

Criteri di inclusione erano la presenza di gonfiore o dolore addominale concomitanti ad almeno una delle seguenti condizioni: frequenza di evacuazione <3 volte a settimana; feci dure; evacuazione forzata.

Prima e dopo il trattamento è stato somministrato un questionario validato per valutare i sintomi e la frequenza di evacuazione.

I firmatari del trial hanno stabilito inoltre che ai partecipanti non fossero somministrati né alcuna dieta standardizzata né alcun farmaco in grado di alterare la motilità gastrointestinale, per valutare al meglio l'attività del *B. longum* W11.

W11: effetti clinici nella stipsi

Al termine del trattamento, per quanto riguarda i pazienti classificati con sintomatologia moderato-severa, è stata riportata una riduzione significativa ($p < 0.0001$) della frequenza del gonfiore dal 62,9% al 9,6% e del dolore addominale dal 38,8 % al 4,1%. In più, si è verificato un aumento significativo nella frequenza di evacuazione da 2,9 a 4,1 volte a settimana ($p < 0.001$).

Infine, il trattamento è stato ben tollerato e tutti i pazienti hanno portato a termine lo studio. Tutti gli endpoint sintomatologici sono dunque migliorati attraverso l'utilizzo del prodotto con *B. longum* W11.

Per riassumere, gli autori concludono evidenziando come il trattamento con il nutraceutico contenente *B. longum* W11 possa essere utile, nei pazienti con predominanza di alvo stitico, indipendentemente da età biologica e sesso di appartenenza, per migliorare significativamente non solo il quadro clinico come dolore addominale e gonfiore, ma anche la funzione intestinale, aumentando significativamente la frequenza settimanale di defecazione.

