

# Megalevure, mima la microbiota intestinal de toda la familia

CADA VEZ SE DA MAYOR IMPORTANCIA A LA MODULACIÓN DE LA MICROBIOTA INTESTINAL MEDIANTE EL EMPLEO DE PROBIÓTICOS, PREBIÓTICOS Y SIMBIÓTICOS PARA TRATAR DIVERSAS ENFERMEDADES.



La microbiota intestinal está compuesta por multitud de bacterias de diferentes especies que se alojan en el tracto intestinal y que cumplen importantes funciones: absorber los nutrientes, mantener la mucosa del tubo digestivo, producir vitamina K para la coagulación de la sangre y proteger el intestino de las infecciones que pueden llegar hasta él.

Está formada por especies estables y otras transeúntes, y es esencial para la vida de los organismos superiores, hasta el punto de que ésta no sería posible en su ausencia. Cada individuo tiene una comunidad microbiana peculiar, que depende de su genotipo, de la colonización posnatal y de la alimentación que recibe durante los dos primeros años de vida.

Esta regulación de la microbiota es especialmente relevante para tratar problemas gastrointestinales, como diferentes tipos de diarreas (infecciosas, asociadas a los antibióticos, del viajero, etc.), pero también en trastornos funcionales (cólico del lactante o síndrome del intestino irritable) o en procesos inflamatorios (colitis ulcerosa). Además, se usan con éxito en diversas patologías de la mujer (vulvovaginitis y mastitis) y se ha valorado su efecto en afectaciones como la dermatitis atópica y en la prevención de infecciones (desde el recién nacido prematuro hasta el anciano).

## Diarrea aguda

La diarrea aguda se define como un episodio caracterizado por una disminución en la consistencia de las heces o un aumento en la frecuencia del ritmo deposicional, acompañado o no de fiebre y/o vómitos. Estos episodios suelen ser autolimitados y de un tiempo de evolución inferior a 2 semanas. La base del tratamiento es prevenir y tratar la deshidratación, prevenir la malnutrición y reducir la severidad y la duración de la diarrea. Para este último

objetivo se utilizan diferentes tratamientos, como por ejemplo el empleo de probióticos.

Algunas cepas probióticas actúan reduciendo la gravedad y la duración de la diarrea infecciosa aguda en niños. La administración oral de probióticos acorta la duración de la enfermedad diarreaica aguda. Se han publicado varios metaanálisis de ensayos clínicos controlados sobre otras cepas probióticas que muestran resultados consistentes, sugiriendo que los probióticos son seguros y eficaces. Sin embargo, los mecanismos de acción son específicos para cada cepa. La guía publicada en el año 2014 por la Sociedad Europea de Gastroenterología, Hepatología y Nutrición Pediátrica (ESPGHAN) sobre el manejo de los probióticos en gastroenteritis indica que los dos probióticos con nivel de evidencia IA son *Lactobacillus rhamnosus GG* y *Saccharomyces boulardii*. Es recomendable su uso conjuntamente a las terapias de rehidratación oral.

### Diarrea asociada a antibióticos

El consumo de antibióticos es muy frecuente en los países desarrollados siendo en los niños tres veces mayor al de la población adulta. La antibioterapia puede alterar la resistencia a la colonización de la microbiota intestinal, dando lugar a una diversidad de síntomas, entre los que destaca la diarrea. Denominamos diarrea asociada a antibióticos a aquella que aparece desde el inicio del tratamiento antibiótico hasta 3-8 semanas después, siendo inexplicable por otra causa. Es un trastorno bastante frecuente.

Existen fuertes evidencias del consumo de probióticos para la prevención de la diarrea asociada a antibióticos, tanto en adultos como en niños.

### Diarrea del viajero

La diarrea del viajero es un problema de salud frecuente cuando se viaja a zonas con peores condiciones higiénico-sanitarias, o simplemente cuando, al viajar, modificamos temporalmente nuestros hábitos dietéticos.

La causa de este tipo de enteritis es una infección o un trastorno intestinal provocado por la ingesta de comidas o bebidas contaminadas por bacterias, virus o parásitos, o por la introducción de alimentos que alteren el equilibrio de nuestra

flora bacteriana autóctona. Para evitar la diarrea del viajero hay que tomar precauciones, especialmente a la hora de comer, ingiriendo sólo alimentos cocidos, fritos o guisados, recién cocinados; la fruta pelada por uno mismo y el agua y las bebidas siempre embotelladas y con el tapón precintado. Si a pesar de tomar precauciones no se consigue evitar la gastroenteritis, es importante que el botiquín de viaje incluya algún tratamiento para prevenir la deshidratación como los sobres de rehidratación oral y tratamientos para el manejo de la diarrea aguda como un inhibidor de la motilidad intestinal y probióticos.

### Megalevure

Megalevure es un probiótico que contiene 600 mg de *Saccharomyces boulardii* -esta dosis está dentro del rango recomendado por las guías para el manejo de la gastroenteritis aguda-, *Lactobacillus rhamnosus GG*, *Lactobacillus helveticus*, *Bifidobacterium longum*, fructooligosacáridos (FOS) y Vitamina D3.

Megalevure ayuda en el manejo de la diarrea aguda, la diarrea del viajero y la prevención de la diarrea asociada a antibióticos. Además contribuye a reequilibrar la flora y ayuda a mantener el efecto inmunológico.

Cada ingrediente que contiene Megalevure tiene una función específica: el *S.boulardii* neutraliza la acción de los patógenos y restaura el flujo normal de los fluidos. El *Lactobacillus rhamnosus GG* es una

de las dos cepas probióticas con mayor grado de recomendación por la guía ESPGHAN que habla del manejo de la gastroenteritis aguda en niños (la otra cepa es el *S.boulardii*); el *L.helveticum* y el *B.longum* reponen la microflora dañada; los FOS son prebióticos, el sustrato nutritivo para los probióticos que contribuyen a la reinstauración de la microbiota y, finalmente, la Vitamina D3 refuerza la inmunidad del huésped. Otra de las características de Megalevure frente a otros probióticos es su comodidad a la hora de tomarlo: una sola vez al día, durante 10 días. Para que sea fácil de ingerir, Megalevure se presenta en formato sticks con agradable sabor a plátano, y se puede tomar directamente del sobre sin diluirlo en agua, aunque también se puede mezclar con otros alimentos como yogures, fruta, cereales o batidos. +

