

¿QUÉ ES EL SÍNDROME DEL INTESTINO IRRITABLE (SII)?



¿Y cuál es su relación con la microbiota?

Se refiere a síntomas digestivos crónicos que no pueden imputarse a una malformación orgánica, morfológica o biológica.

Al menos 3 días al mes durante los últimos 3 meses.

Frecuencia de defecación y/o consistencia de las heces.

El síndrome del intestino irritable (SII) es un **un trastorno de la interacción intestino-cerebro** caracterizado por **dolor o malestar abdominal recurrente y trastornos del tránsito intestinal**. Con frecuencia se asocia a **comorbilidades psiquiátricas** y está relacionado con una disbiosis de la **microbiota intestinal**.

Por ejemplo, estrés y ansiedad.

Cambio en la composición y las funciones de los microorganismos que viven en el intestino.

El SII se diagnostica según los criterios de Roma V.



1 Un trastorno muy frecuente, crónico e impredecible de la interacción intestino-cerebro...



El SII constituye una de las principales causas de consulta al médico

El SII afecta al **5 %** de la población mundial en promedio

2 de cada 3 pacientes son mujeres

2 Son varias las causas que pueden desencadenar el SII...



gastroenteritis, intoxicación alimentaria, diarrea del viajero ("turista")...

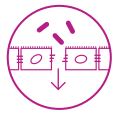


3 ¿Cuál es el mecanismo de este trastorno relacionado con la microbiota?

Hecho n.º.1 La microbiota participa en la comunicación bidireccional entre el intestino y el cerebro



sensibilidad visceral



permeabilidad intestinal



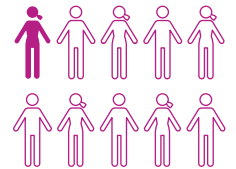
respuesta inmunitaria anormal



alteración fisiológica del intestino
que puede incluir dolor abdominal y trastornos del tránsito intestinal

efectos psicológicos
que pueden incluir estrés, ansiedad o depresión... (a través de la señalización neural, hormonal e inmunitaria)

Hecho n.º.2 Después de una gastroenteritis infecciosa severa, alrededor de **1 de cada 10** sujetos presenta síntomas de SII



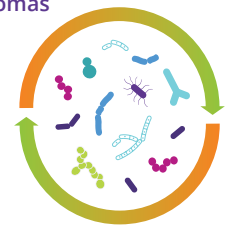
Hecho n.º.3 La composición y la función metabólica de la microbiota intestinal están alteradas en al menos un subgrupo de pacientes con SII

Hecho n.º.4 Los estudios de laboratorio demostraron que una alteración de la microbiota intestinal puede provocar un trastorno severo:

- ✓ aceleración del tránsito gastrointestinal
- ✓ disfunción de la barrera intestinal
- ✓ activación del sistema inmunitario innato
- ✓ comportamiento ansioso



Hecho n.º.5 Una intervención en la microbiota (dieta, probióticos, antibióticos, etc.) podría mejorar los síntomas



4 ¿Cómo mejorar la calidad de vida y aliviar los síntomas?



medicación específica



prebióticos



probióticos



estilo de vida sano
hidratación adecuada, actividad física regular



dieta sana
limitar el consumo de alimentos desencadenantes potenciales (FODMAP, lactosa, gluten...)



intervenciones psicoterapéuticas
terapia cognitiva conductual (TCC), hipnosis, terapia psicodinámica, relajación, etc., para ofrecer un apoyo psicológico crónico

