

¿Hay relación entre los Trastornos de la Conducta Alimentaria y la Microbiota intestinal?

MARÍA DEL MAR DURBÁN REDONDO

Admitámoslo, se ha puesto muy de moda la microbiota. Es normal que este campo de la anatomía y microbiología estuviese olvidado por la cantidad de recursos que se necesitan para analizarlo. Gracias a ese esfuerzo, se han descubierto relaciones entre el aumento y disminución de diferentes bacterias intestinales con trastornos mentales, tales como depresión, ansiedad, Trastornos de la Conducta Alimentaria...

La relación es muy estrecha en el caso de los TCAs, puesto que este cambio en las bacterias se relaciona con mayor o menor cantidad y gravedad de síntomas. Si bien no se sabe qué fue primero (el síntoma o el cambio en la microbiota), se ha demostrado que los diferentes métodos de inferir en la microbiota intestinal funcionan para mejorar la recuperación en TCAs como la Anorexia Nerviosa y la Bulimia Nerviosa. Todo esto conlleva nuevos métodos de tratamiento mucho más individualizados y tratamientos que pueden surtir efecto en casos de mucha resistencia a otros tratamientos.

El tratamiento debe ser pautado, puesto que no es lo mismo un prebiótico (alimento para esas bacterias) que un probiótico (bacterias vivas concentradas en un alimento o suplemento). También debe revisarse para comprobar su efectividad en cada caso y, sobre todo, resolver las dudas en cuanto a los cambios que va notando.

Bibliografía:

Karakuła-Juchnowicz, H., Pankowicz, H., Juchnowicz, D., Valverde Piedra, J. L., & Małecka-Massalska, T. (2017). Intestinal microbiota - a key to understanding the pathophysiology of anorexia nervosa?. *Mikrobiota jelitowa – klucz do zrozumienia patofizjologii jadłowstrętu psychicznego?*. *Psychiatria polska*, 51(5), 859–870. <https://doi.org/10.12740/PP/65308>

Mendez-Figueroa, V., Biscaia, J. M., Mohedano, R. B., Blanco-Fernandez, A., Bailen, M., Bressa, C., Larrosa, M., & Gonzalez-Soltero, R. (2019). Can Gut Microbiota and Lifestyle Help Us in the Handling of Anorexia Nervosa Patients?. *Microorganisms*, 7(2), 58. <https://doi.org/10.3390/microorganisms7020058>

