

nota de prensa

## **Un estudio de investigación en el que ha participado el Servicio de Digestivo del HUGC concluye que una dieta baja en residuos fermentables y un prebiótico mejoran los síntomas asociados a la producción de gases intestinales**

**Sant Cugat, 13 de septiembre.** Los doctores José Walter Huaman, Marianela Mego y Esteban Saperas del Servicio de Digestivo del Hospital Universitari General de Catalunya han participado en un estudio que comparaba el efecto de seguir una dieta baja en residuos fermentables (FODMAP) con el de consumir suplementos prebióticos para la mejora de los síntomas asociados a la producción de gases intestinales, como la flatulencia, la distensión abdominal o la sensación de plenitud. Del estudio se desprende que tanto la dieta FODMAP como el prebiótico tienen un efecto similar mientras se administran, pero que la dieta baja en residuos fermentables requiere de una administración continuada con el riesgo de producir daño en la microbiota a largo plazo. En cambio, el suplemento prebiótico se podría dar de forma intermitente porque el efecto persiste un tiempo tras el tratamiento.

El síndrome de intestino irritable es un trastorno muy frecuente y afecta hasta un 15 % de la población y a menudo representa un problema de tratamiento con síntomas, en general, recurrentes y un impacto negativo en la calidad de vida de las personas que lo padecen.

El estudio, publicado en la revista Gastroenterology, la publicación de mayor impacto en la especialidad, donde han participado médicos del Hospital Universitari General de Catalunya, con el Dr. Huamán como investigador principal, se ha realizado conjuntamente con el Servicio de Aparato Digestivo del Hospital Universitari Vall d'Hebron.

En la investigación han participado 44 pacientes con trastornos funcionales digestivos como el síndrome de intestino irritable y, de ellos, 40 la finalizaron. El estudio tuvo una duración de siete semanas divididas en tres fases, una de pretratamiento, cuatro de tratamiento y dos semanas de seguimiento. Los pacientes se dividieron aleatoriamente en dos grupos, uno siguió una dieta baja en FODMAP y el otro hizo una dieta normal con un prebiótico, por lo que se comprobó que ambos grupos de pacientes experimentaron una "mejoría similar".

No obstante, al estudiar el metabolismo y la composición de la microbiota se vio que la dieta FODMAP y el prebiótico ejercían un efecto opuesto: mientras la dieta baja en residuos fermentables producía un empobrecimiento de la microbiota, el prebiótico produjo una proliferación de bacterias beneficiosas, según declaraciones del Dr. Huaman.

## nota de prensa

### **Un estudio de investigación en el que ha participado el Servicio de Digestivo del HUGC concluye que una dieta baja en residuos fermentables y un prebiótico mejoran los síntomas asociados a la producción de gases intestinales**

Además, cuando finalizó la fase de tratamiento, los pacientes que habían seguido la dieta FODMAP sufrieron un efecto rebote, es decir, aumentaron nuevamente los síntomas. En cambio, la mejoría en los síntomas se mantuvo durante dos semanas en los pacientes del grupo que había tomado el prebiótico.

Estos resultados plantean nuevas cuestiones que deberán ser respondidas en futuros estudios, pero sin duda representa un avance significativo en el tratamiento de los síntomas y la calidad de vida de los pacientes con síndrome de intestino irritable.

#### **Sobre Quirónsalud**

Quirónsalud es el mayor grupo hospitalario de España y el tercero de Europa. Cuenta con más de 35.000 trabajadores en más de 120 centros sanitarios, entre los que se encuentran 45 hospitales que ofrecen 6.800 camas hospitalarias. Dispone de la tecnología más avanzada y de un gran equipo de profesionales altamente especializados y de prestigio internacional. Entre sus centros, se encuentran el Centro Médico Teknon, Ruber Internacional, Hospital Universitario Quirónsalud Madrid, Fundación Jiménez Díaz, Hospital Quirónsalud Barcelona, Hospital Universitario Dexeus, Policlínica de Gipuzkoa, etc.

El Grupo trabaja en la promoción de la docencia (ocho de sus hospitales son universitarios) y la investigación médico-científica (cuenta con el Instituto de Investigación Sanitaria de la FJD, único centro investigador privado acreditado por la Secretaría de Estado de Investigación, Desarrollo e Innovación).

Asimismo, su servicio asistencial está organizado en unidades y redes transversales que permiten optimizar la experiencia acumulada en los distintos centros y la traslación clínica de sus investigaciones. Actualmente, Quirónsalud está desarrollando más de 1.600 proyectos de investigación en toda España y muchos de sus centros realizan en este ámbito una labor puntera, siendo pioneros en diferentes especialidades como oncología, cardiología, endocrinología, ginecología y neurología, entre otras.

Para más información:  
Comunicación  
Pilar Rosas  
93 587 93 93  
65 681 16 45