Cada vez más hay evidencias científicas que relacionan la Microbiota Intestinal y la Obesidad.

Desde el punto de vista científico surgen cada vez más investigaciones que relacionan las alteraciones de la microbiota intestinal (flora intestinal) con las alteraciones metabólicas y del peso corporal.

En este artículo que comentamos hoy el elemento de enlace entre la microbiota intestinal y las alteraciones metabólicas que generan obesidad, hiperglucemia y Síndrome Metabólico son las comidas o alimentos envasados.

La revista *Nature expone* entre sus páginas el estudio realizado por la Universidad Estatal de Georgia en Estados Unidos donde se explica sobre la posibilidad de que los conservantes artificiales usados en muchos alimentos procesados aumenten el riesgo de enfermedades inflamatorias intestinales y trastornos metabólicos.

De acuerdo con la investigación, los productos químicos conocidos como “emulsionantes” utilizados para mejorar la textura y aumentar la vida útil de los alimentos, al mismo tiempo, alteran la composición de las bacterias del colon, conocida como la flora o Microbiota intestinal.

Nunca antes se había demostrado que estos aditivos, tan comunes en productos como margarinas, salsas, galletas, helados, leches infantiles, pasta o mermeladas, afectan directamente a nuestra salud.

Los científicos para arribar a estas conclusiones realizaron un estudio con dos grupos. Al primero se les administró dos emulsionantes muy comunes (polisorbato 80 y carboximetilcelulosa) imitando las dosis incluidas en casi todos los alimentos procesados y el segundo grupo se tomó como grupo de control.

Después de un tiempo los expertos descubrieron que los emulsionantes habían alterado la microbiótica intestinal al convertirlas en bacterias pro-inflamación, las cuales al infiltrarse en la capa de moco denso que recubre el intestino, derivan en la activación de la expresión génica pro-inflamatoria del sistema inmune.

Estos emulsionantes, esclarece el estudio, podrían ser responsables de esta alteración de la microbiota intestinal y del aumento de la incidencia de patologías como la enfermedad inflamatoria intestinal (EII), que incluye la enfermedad de Crohn y la colitis ulcerosa y el síndrome metabólico, lo cual puede conducir a la -diabetes tipo 2, así como enfermedades hepáticas o cardiovasculares.

Benoit Chassaing, coautor del estudio, argumenta que "el espectacular incremento de estas enfermedades se ha producido a pesar de la genética humana, lo que sugiere un papel fundamental de los factores ambientales, pues la comida interactúa directamente con la flora intestinal, por lo que pensamos que algunos compuestos de la alimentación actual podrían estar promoviendo la inflamación en las bacterias intestinales”.