

Los probióticos podrían prevenir lesiones hepáticas relacionadas con la autoinmunidad



La evidencia actual sugiere que los probióticos influyen en muchos sistemas en nuestros cuerpos y previenen ciertas enfermedades. Un estudio reciente examinó el efecto de las cepas probióticas de *Lactobacillus* en una lesión hepática en ratones propensos al lupus, lo que demuestra que las bacterias intestinales desempeñan un papel importante en las enfermedades autoinmunes.

Probiótico es un término que describe a las bacterias útiles, las que normalmente se encuentran en los cuerpos humanos. La fuente más abundante de probióticos en nuestro cuerpo está en nuestro intestino, o intestinos, donde ayudan con la digestión y el procesamiento de ciertos nutrientes. Los investigadores han demostrado que las bacterias intestinales pueden afectar una serie de enfermedades y funciones corporales, como **la depresión, la ansiedad, nuestro sistema inmunológico e incluso ciertos aspectos de la memoria.**

Dado que nuestras bacterias intestinales pueden tener efectos tan amplios, muchos grupos en la actualidad estudian cómo se puede alterar la composición de las bacterias intestinales para nuestro beneficio. **Los probióticos se pueden encontrar en ciertos alimentos como el yogur y también en suplementos ingeribles.** Los datos de ensayos clínicos sugieren que los

suplementos que contienen ciertas cepas de bacterias tienen efectos beneficiosos. Sin embargo, algunas de las muchas cepas bacterianas en nuestros intestinos no han sido estudiadas a fondo. Un [informe reciente](#) publicado en el British Journal of Nutrition evaluó los efectos de dos probióticos diferentes en los ratones propensos al lupus.

Los ratones propensos al lupus fueron alimentados con una dieta normal o una dieta que contenía una de las dos cepas probióticas utilizadas como intervención: *Lactobacillus paracasei* o *Lactobacillus reuteri*. Los experimentos iniciales mostraron que estos dos probióticos redujeron el daño hepático característico que ocurre cuando los ratones desarrollan lupus. Además, los investigadores vieron menos células inmunes y redujeron la inflamación del hígado en ratones alimentados con dietas que contienen probióticos. Por último, reforzaron el resultado anterior al examinar las vías moleculares que causan daño hepático como resultado del lupus. Observaron que en los hígados de ratones alimentados con probióticos, había menos activación de vías que inducían el daño hepático.

Lea también: [Los probióticos podrían reducir el riesgo de diabetes gestacional](#)

Este estudio fue el primero en descubrir que el tratamiento con *Lactobacillus paracasei* o *Lactobacillus reuteri* reduce el daño hepático y la inflamación en los ratones propensos al lupus. Esto tiene implicaciones adicionales en otros modelos de inmunodeficiencia, ya que estos probióticos pueden reducir la inflamación en una escala más amplia. Además, este estudio proporciona una razón para probar las dos cepas de bacterias en un ensayo clínico para determinar si tienen un efecto positivo en los pacientes que son diagnosticados con lupus o en un alto riesgo de desarrollar lupus.

El estudio de los microbios intestinales y sus efectos en el cuerpo humano se está ampliando cada vez más, proporcionando una visión de los roles cruciales que desempeñan. A medida que ampliamos nuestra comprensión de cómo las bacterias influyen en los sistemas del cuerpo, abrimos la posibilidad de descubrir nuevas estrategias terapéuticas para varios estados patológicos, particularmente los de origen autoinmune.