



Efecto del consumo de probióticos sobre los síntomas del Síndrome del Intestino Irritable en un grupo de mujeres adultas mayores asiladas en Colima

Luis Fernando Guerrero-Herrera¹, Jaime Alberto Bricio Barrios¹, Fátima López-Alcaráz¹ y Mario del Toro-Equihua¹

¹ Universidad de Colima. lguerrero5@ucol.mx

El Síndrome de Intestino Irritable está vinculado con un deterioro del estilo de vida de las personas, en especial los adultos mayores, por eso es importante utilizar métodos que ayuden a mejorar dichos síntomas (Schmulson, 2006); se sabe que al menos de 4.4% a 35% (dependiendo de qué criterios de Roma se utiliza) de la población presenta este síndrome (Amieva-Balmori, 2014). Para dicho Síndrome, puede haber una solución en la mejoría de los síntomas, y es el hecho de que los probióticos, pueda mejorar la funcionalidad del tracto gastrointestinal en adultos mayores (Casado, 2016). El objetivo fue determinar si el consumo de probióticos por 31 días en adultas mayores en un asilo de Colima mejora los síntomas del Síndrome del Intestino Irritable. Es un estudio cuasiexperimental en el cual se incluyeron a 18 mujeres adultos mayores entre 61 a 98 años de edad pertenecientes a un asilo en la zona metropolitana del estado de Colima, México; se suplementó 31 cápsulas diarias de una mezcla de probióticos (*L rhamnosus* 3.3×10^8 UFC, *L acidophilus* 3.3×10^8 UFC, *bifidobacterium* 3.3×10^8 UFC) por las mañanas. Para comparar el cambio de percepción de síntomas asociados al síndrome de intestino irritable se aplicó la escala IBSSS. Como estadística inferencial se utilizó la prueba t para muestras relacionadas. El 88.8% de las participantes (n=16) tuvieron un apego del 100% en la suplementación de la mezcla de probióticos; el puntaje inicial de la escala IBSSS fue de 149.4 ± 111.8 , mientras que el puntaje final fue de 92.2 ± 87.4 ($p=0.040$). La mejoría de los síntomas asociados al síndrome del intestino irritable se presentó en el 50% de las participantes, el 31.3% se mantuvo igual y solo el 18.7% empeoraron sus síntomas. Los síntomas asociados al síndrome de intestino irritable mejoran tras la suplementación de 31 días de una mezcla de probióticos en el grupo de adultos mayores en asilo estudiadas.