

Probióticos, ¿nuestros aliados en la enfermedad renal crónica?

Montalvo Ramos, Tamara

2018-04-23

<http://hdl.handle.net/20.500.11777/3583>

<http://repositorio.iberopuebla.mx/licencia.pdf>

Probióticos, ¿nuestros aliados en la enfermedad renal crónica?

Tamara Montalvo Ramos

Se pueden encontrar en los productos lácteos, en el supermercado, incluso hemos escuchado sobre ellos en los anuncios de televisión, pero ¿qué son realmente? y ¿cuáles son los verdaderos usos y beneficios que nos pueden aportar? Empecemos por definirlos, los probióticos según la OMS (Organización Mundial de la Salud) son bacterias que proporcionan beneficios a la salud de la persona que lo consume en cantidades apropiadas (1).

Gracias al ámbito científico, se ha podido demostrar su importancia y sus beneficios al ser consumidos, mismos que no solo se limitan a ayudar en las enfermedades o alteraciones del tubo gastrointestinal como diarrea y estreñimiento, si no también se ha encontrado que aportan beneficios al sistema inmune e incluso en el tratamiento de la enfermedad renal crónica.

Para entender un poco más acerca de los beneficios del consumo de probióticos en la enfermedad renal crónica y cómo funcionan, primero debemos saber qué es la enfermedad renal crónica. La enfermedad renal crónica es la pérdida progresiva de la función renal, la cual tiene como principal consecuencia la alteración de sus funciones, siendo una de las más importantes la eliminación de desechos (2).

Estos desechos pueden originarse de diferentes maneras. Entre los tipos de desechos que existen se encuentran los residuos de las proteínas, que son formados por el proceso de digestión de la proteína y que en situaciones normales estos desechos son excretados por el riñón sin afectar la salud de nuestro organismo. En la enfermedad renal crónica, la función de eliminación de desechos se ve alterada, causando un incremento de estos desechos en el cuerpo y por lo tanto provocando su circulación por todo el torrente sanguíneo.

Este incremento anormal en el cuerpo produce toxicidad, la cual se relaciona con el desarrollo e incremento de síntomas como: falta de apetito, náuseas, fatiga, falta de concentración, edemas, parestesias e insomnio (3).

La microbiota intestinal se puede definir como el conjunto de bacterias vivas benéficas o también llamados probióticos que habitan en nuestro intestino, los

cuales en situaciones normales se encuentra en equilibrio, es decir, que existe una mayor cantidad de bacterias benéficas que bacterias dañinas. Sin embargo, esta microbiota intestinal puede verse alterada por varios factores ambientales, fisiológicos y funcionales (4).

Es importante entender que en los pacientes con enfermedad renal crónica, el incremento de los desechos tóxicos altera la microbiota, incrementado el número de bacterias dañinas, las cuales participan en la producción de más desechos tóxicos. Además, esta alteración de la microbiota puede provocar una respuesta inflamatoria en el tubo gastrointestinal, contribuyendo a la propagación de los desechos tóxicos en todo el cuerpo, empeorando los síntomas de la enfermedad (5).

El uso de probióticos puede ayudar a disminuir estos síntomas, gracias a que entre sus principales efectos esta la estabilización y el ajuste de la microbiota intestinal. Esto es gracias a que ciertas especies de probióticos tienen la capacidad de disminuir la formación y la propagación de bacterias dañinas, disminuyendo la producción de los desechos tóxicos. Entre otros efectos que poseen los probióticos está la producción de ácido láctico, el cual reduce el pH intestinal, volviéndolo ácido, inhibiendo así la multiplicación de las bacterias dañinas en el intestino (6).

Debido a esto, un consumo apropiado de probióticos aunado a un buen tratamiento médico, auto-monitoreo y un control nutricional, pueden ayudar a mejorar los síntomas de esta enfermedad. Por ello, la continua investigación sobre los efectos de los probióticos en la enfermedad renal abre la posibilidad de llegar a proponer un tratamiento médico-nutricio más completo, que busque prevenir complicaciones, además de mejorar la calidad de vida del paciente con enfermedad renal crónica.

Referencias.

- 1.-Food and Agriculture Organization, and World Health Organization. Probiotics in food: health and nutritional properties and guidelines for evaluation. [Internet] 2006 [citado el 24 de oct 2017]. Disponible en: <http://www.fao.org/3/a-a0512e.pdf>
- 2.- Consejo de salubridad general. Prevención, diagnóstico y tratamiento de la enfermedad renal crónica temprana. Guía de referencia rápida. Disponible en: http://www.cenetec.salud.gob.mx/descargas/gpc/CatalogoMaestro/335_IMSS_09_Enfermedad_Renal_Cronica_Temprana/GRR_IMSS_335_09.pdf
- 3.- Lorenzo v. Enfermedad renal crónica. Nefrología al día 2012;7:0. Disponible en: <http://www.revistanefrologia.com/es-publicacion-nefrologia-articulo-enfermedad-renal-cronica-XX342164212000426>

4.- Guarner F. Papel de la flora intestinal en la salud y en la enfermedad [Internet] 2007 [citado el 25 de oct 2017]. Nutr Hosp. 22(Supl. 2):14-9. Disponible en: <http://scielo.isciii.es/pdf/nh/v22s2/fisiologia2.pdf>

5.- Vitetta L, Gobe G. Uremia and chronic kidney disease: The role of the gut microflora and therapies with pro- and prebiotics. [Internet] 2013 [citado el 25 de oct 2017] Mol. Nutr. Food Res. 57, 824–832. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/235757600_Uremia_and_chronic_kidney_disease_The_role_of_the_gut_microflora_and_therapies_with_pro_and_prebiotics

6.- Garza A, Miranda P, Espinosa M. Utilidad de los probióticos en la enfermedad renal: nuevas aplicaciones. [Internet] 2008 [citado el 25 de oct 2017] Nutrición Clínica; 11:25-34. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/286404908_Utilidad_de_los_probioticos_en_la_enfermedad_renal_nuevas_aplicaciones