Disbiosi intestinale: i probiotici possono essere assunti anche in gravidanza

Prof.ssa Alessandra Graziottin
Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica
H. San Raffaele Resnati, Milano

La risposta in sintesi

Gentile amica, SIBO è acronimo di Small Intestinal Bacterial Overgrowth e indica una crescita eccessiva di batteri, in particolare l'Escherichia coli, nell'intestino: si tratta quindi di una disbiosi per eccesso. In gravidanza può senz'altro continuare ad assumere i probiotici che, regolarizzando la funzionalità intestinale della mamma, consentono al feto di assorbire correttamente tutti i nutrienti di cui ha bisogno per crescere bene e in salute.

In questo video illustro:

- in che modo viene diagnosticata la SIBO;
- i principali sintomi di questa forma di disbiosi;
- perché il Saccharomyces boulardii è il probiotico di prima scelta da affiancare alle terapie antibiotiche;
- come anche i bifidobatteri contribuiscano a proteggere il microbiota intestinale;
- perché i probiotici sono utili anche in gravidanza;
- gli altri micronutrienti che è opportuno assumere in vista del concepimento e nei nove mesi dell'attesa: vitamina D, calcio, folati, ferro, iodio;
- i dosaggi raccomandati dall'Organizzazione Mondiale della Sanità.

Realizzazione tecnica di Monica Sansone