

Supplementazione delle formule per l'infanzia con probiotici e/o prebiotici: quale evidenza scientifica?

I probiotici sono micro-organismi vivi ad effetto benefico sulla flora batterica intestinale, mentre i prebiotici sono il substrato, indigeribile per l'organismo umano, utilizzato dai probiotici per espletare la loro azione. I prebiotici sono componenti non digeribili che stimolano selettivamente la crescita e l'attività di un limitato numero di batteri residenti nel colon.

Una recente revisione del Comitato di Nutrizione dell'ESPGHAN (European Society of Paediatric Gastroenterology Hepatology and Nutrition) ha analizzato e commentato gli effetti di formule per l'infanzia addizionate in probiotici e prebiotici rispetto a formule che non contengono tali elementi funzionali. La letteratura scientifica ad oggi disponibile suggerisce che la somministrazione di formule per l'infanzia addizionate in probiotico o prebiotici è sicura e non influenza in modo negativo il pattern di crescita e fornisce alcune promettenti evidenze circa l'utilizzo di probiotici e prebiotici nei latti formulati:

1. La supplementazione di formule per l'infanzia con *Bifidobacterium lactis* (da solo o combinato con altri probiotici) è associato con una riduzione del rischio di infezioni gastrointestinali nel bambino.
2. La supplementazione di formule per l'infanzia con *Bifidobacterium lactis* associato a *Streptococcus thermophilus* o a *Lactobacillus reuteri* è associato con un ridotto utilizzo di antibiotici.
3. La supplementazione di formule per l'infanzia con prebiotici (frutto-oligosaccardi, galatto-oligosaccardi o oligofruztosio ed inulina) ha il potenziale di incrementare la quantità di bifido batteri fecali. I frutto-oligosaccaridi, in particolare, rendono le feci più soffici.

Il Comitato di Nutrizione dell'ESPGHAN considera quindi la supplementazione delle formule per l'infanzia con probiotici o prebiotici un importante ambito di ricerca. Sono necessari ulteriori studi per definire il timing di introduzione di probiotici e prebiotici, la durata della supplementazione, il dosaggio ottimale e le differenze tra i vari ceppi di probiotici.

ESPGHAN Committee on Nutrition: Supplementation of Infant Formula With Probiotics and/or Prebiotics: A Systematic Review and Comment by the ESPGHAN Committee on Nutrition. *JPGN* 2011;52: 238–50