

## L'IMPORTANZA DEL BENESSERE INTESTINALE

L'intestino è l'area più estesa dell'organismo, sottoposta a continui stimoli antigenici, da parte del cibo, degli inquinanti, di agenti patogeni.

Nell'arco della vita di un individuo il tubo digerente viene attraversato da circa 60 tonnellate di cibo, da qui si evince l'importanza delle giuste scelte alimentari e della qualità del cibo introdotto.

Controllare e monitorare lo stato di salute del proprio intestino è di fondamentale importanza. Il benessere intestinale si ripercuote di conseguenza sul benessere dell'intero organismo.

Lo stile di vita al quale sempre più spesso siamo sottoposti, ritmi frenetici, abitudini alimentari scorrette e lo stress della vita quotidiana contribuiscono ad alterare la normale flora intestinale con tutto ciò che ne consegue.

Le sintomatologie più comuni sono spesso dovute a situazioni di disbiosi intestinale, sindromi dell'intestino irritabile, infiammazioni intestinali croniche a bassa intensità, alterata permeabilità intestinale, presenza di patogeni all'interno della fisiologica flora batterica. Per la maggior parte di questi disturbi manca una vera e propria diagnosi e test specifici per valutarle.

Nella sua città può rivolgersi a:

### ALTRI TEST DIAGNOSTICI EFFETTUATI DA NATRIXLAB:

- **FOOD INTOLERANCE TEST:** valutazione delle intolleranze alimentari IgG-mediate, metodo ELISA.
- **INFLORA SCAN:** il pannello più approfondito di valutazione del benessere intestinale.
- **GLUTEN SENSITIVITY & CELIAC TEST:** valutazione della sensibilità al glutine non celiaca.
- **BREATH TEST LATTOSIO:** test del respiro per valutare l'intolleranza al lattosio.
- **LIPIDOMIC PROFILE:** valutazione del profilo lipidomico di membrana.
- **BREATH TEST LATTULOSIO:** test del respiro per valutare la S.I.B.O. (small intestinal bacterial overgrowth) e il tempo di transito oro-cecale.
- **DAO TEST + DOSAGGIO ISTAMINA:** dosaggio enzima Diaminossidasi (DAO) e istamina in circolo.



NATRIX s.r.l.u.

Via Cavallotti, 16 - 42122 Reggio Emilia - Italy (IT)  
Tel: +39 0522 514537 - Fax: +39 0522 506136  
E-mail: info@natrixlab.it

[www.natrixlab.it](http://www.natrixlab.it)

AZIENDA CON  
SISTEMA DI GESTIONE QUALITA'  
CERTIFICATO DA DNV  
ISO 9001

AZIENDA CON  
SISTEMA DI GESTIONE QUALITA'  
CERTIFICATO DA DNV  
ISO 13485



## MICROBIOMA CHECK N.G.S.

### Analisi microbioma intestinale

Eseguita grazie al sequenziamento massivo di seconda generazione **N.G.S.** (Next Generation Sequencing)



## COS'È IL MICROBIOMA INTESTINALE?

Sono miliardi gli organismi che popolano il nostro intestino. Stiamo parlando di un'area che ha un'estensione di circa 300 metri quadrati e che, nel corso di una vita, viene attraversata da circa 30 tonnellate di cibo e 50 mila litri di liquidi. Numeri che danno la dimensione dell'**importanza del benessere intestinale sul nostro stato di salute**.

L'insieme della popolazione di microrganismi, soprattutto batteri, che colonizza il nostro apparato digerente costituisce la cosiddetta **flora batterica intestinale**, oggi chiamata anche **microbiota intestinale**. All'interno del microbiota intestinale si concentra circa il **70% del nostro sistema immunitario** ed esso svolge una miriade di funzioni vitali, prima fra tutte quella appunto di agire come barriera difensiva, creando un ambiente inospitale agli agenti patogeni, modificando il pH intestinale e riducendo i substrati che favoriscono la proliferazione di questi batteri nocivi. Questi batteri, di cui si contano 500 specie differenti, si possono dividere in "buoni" (non patogeni) e nocivi (patogeni). Nell'intestino le specie buone sono prevalenti e ne assicurano l'equilibrio nonostante la presenza di quelle nocive. Questo stato di equilibrio prende il nome di **eubiosi**, letteralmente "benefico per l'organismo", mentre per disbiosi si intende un'alterazione della flora batterica intestinale dovuta a un aumento indisturbato dei ceppi patogeni e a una diminuzione di quelli salutari.

## CHE COSA VALUTA IL MICROBIOMA CHECK N.G.S.

È un'analisi ad alto contenuto tecnologico che grazie al **sequenziamento massivo di seconda generazione** (NGS) **caratterizza la flora batterica intestinale**, fornendo indicazioni sullo stato di salute generale dell'individuo,

del suo intestino e importanti spunti di approfondimento di tutte quelle che sono le correlazioni fisiopatologiche tra la popolazione microbica intestinale e i diversi organi e sistemi che con l'intestino comunicano costantemente.

## QUANDO È CONSIGLIATO IL TEST

- **BENESSERE:** un profilo sano del microbiota intestinale migliora la nostra salute
- **PREVENZIONE:** patologie intestinali (malattie infiammatorie intestinali, sindrome del colon irritabile-SII-IBS, cancro del colon retto, diverticolite) o sistemiche (obesità, diabete, sindrome metabolica, allergie)
- **SINTOMI INTESTINALI di LIEVE o MEDIA ENTITÀ** come coliti episodiche, diarree ricorrenti, stipsi, flatulenza e difficoltà intestinali
- **SOVRAPPESO o OBESITÀ**, per integrare le strategie nutrizionali per la perdita di peso e il conseguente mantenimento del peso-forma
- **INFANZIA ed INVECCHIAMENTO:** il mantenimento di un profilo sano del microbiota può contribuire alla prevenzione di allergie e limitare gli effetti dell'immunosenescenza e degli stati infiammatori tipici dell'invecchiamento
- **GRAVIDANZA e ALLATTAMENTO:** il mantenimento di un profilo microbico sano è importante non solo per il proprio benessere ma anche per favorire la costruzione di un microbiota equilibrato nel neonato

- **MENOPAUSA:** il mantenimento di un profilo equilibrato del microbiota è d'aiuto per affrontare al meglio i grandi cambiamenti metabolici e fisiologici
- **DISTURBI del tratto URO-GENITALE**, allo scopo di apportare modifiche alla dieta che possono contribuire alla risoluzione di infezioni urinarie (cistiti, uretriti) o dell'apparato genitale (vaginiti, infezioni da Candida), ed evitare le recidive
- in condizione di salute, per progettare **APPROCCI DIETETICI PERSONALIZZATI** come ad esempio per gli sportivi per i quali l'efficienza metabolica di un microbiota equilibrato può essere un valido aiuto sia nel mantenimento della salute che nell'incremento della performance atletica

## E UNA VOLTA ESEGUITO IL TEST?

In caso di problematiche intestinali, e al di là di specifiche terapie prescritte dal medico curante, ricorda che **l'alimentazione è la prima arma in tuo possesso** per il miglioramento dello stato di salute.

Sia per la **prevenzione** sia per il **miglioramento del benessere intestinale** è di fondamentale importanza:

- Mantenere un sano e corretto stile alimentare andando a correggere le cattive abitudini che sono causa dell'insorgenza e del perpetuarsi dei problemi;
- Mantenere attiva ed equilibrata la flora batterica intestinale, andando a integrare l'alimentazione con probiotici, prebiotici e fitoterapici in grado di migliorare lo stato della flora batterica intestinale;
- Mantenere libero il tratto intestinale, andando a favorire un corretto transito intestinale e limitando l'accumulo di scorie.