Microbiota intestinale: una mirabile comunità di invisibili ospiti al servizio della nostra salute

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

Video realizzato in occasione del Corso ECM su "Microbiota, infiammazione e dolore nella donna", organizzato dalla Fondazione Alessandra Graziottin per la cura del dolore nella donna Onlus, Milano, 13 settembre 2023

Sintesi del video e punti chiave

Il microbiota intestinale è formato da triliardi di batteri, virus, funghi e protozoi che si sono evoluti con noi per 200.000 anni. Possiede complessivamente 3.300.000 geni, formanti il microbioma, contro i soli 23.000 contenuti nei cromosomi umani: una superiorità schiacciante che gli permette di svolgere moltissime funzioni essenziali per la nostra salute, purché lo rispettiamo con stili di vita sani e comportamenti in armonia con i bioritmi naturali.

In questo video, la professoressa Graziottin illustra:

- come il microbiota sia una sorta di proto-ghiandola in grado di produrre non solo numerosi ormoni (fra cui estrogeni, testosterone e cortisolo), ma anche i più importanti neurotrasmettitori;
- il "triumvirato" formato dal microbiota, dall'intestino (il più rilevante organo immuno-competente) e dal cervello viscerale;
- come il microbiota sia unico per ciascuno di noi, similmente alle impronte digitali, e sia quindi importante conoscerne la composizione per interpretare in modo più completo gli stati di malattia e impostare nel modo più efficace la terapia delle disbiosi;
- perché sarebbe opportuno, in particolare, mappare il microbiota "dei giorni felici", ossia le condizioni basali in cui si trovano i nostri innumerevoli ospiti quando sono in perfetto equilibrio fra loro;
- l'obiettivo formativo del corso organizzato a Milano dalla Fondazione Graziottin.

Realizzazione tecnica di **Monica Sansone**

© 2023 - Fondazione Alessandra Graziottin - www.fondazionegraziottin.org