

Salud infantil.

Bífidobacterias

Debemos asegurarnos que los niños pequeños tengan una población óptima de Bífidobacterias, especialmente después de una terapia con antibióticos. En la naturopatía se recomiendan más los yogures y suplementos de Bífidobacterias, especialmente el *Bifidobacterium infantis* en lugar de *L. acidophilus* para restaurar la flora intestinal de los niños.

El *L. acidophilus* está recomendado más bien para períodos cortos de tratamiento de infecciones agudas por bacterias patógenas, como *E. coli*, *Proteus*, etc. las cuales son más susceptibles a las sustancias antimicrobiales que producen los *L. acidophilus*.

Las Bífidobacterias son similares a los Lactobacilos, pero sus funciones son diferentes. Las bífidobacterias fueron descritas por primera vez un científico francés, el Prof. H. Tissier, en 1899. La llamó Bifidus. "bífido" significa que tiene forma de Y en latín. Desde entonces una multitud de investigadores han continuado trabajando en el significado de las bífidobacterias para la salud de los niños. Las investigaciones han demostrado que los bebés alimentados al pecho por su madre, tienen en sus intestinos una población importante de bífidobacterias. El interés científico en la bífidobacteria ha probado que los bebés alimentados al seno son mucho menos susceptibles a las infecciones que los alimentados con tetero.

Después de que los bebés alimentados al seno son destetados el tipo de Bifidobacteria específica para infantes (lactantes) y bebés llamada *Bifidobacterium infantis* es encontrada solamente en pequeñas cantidades. Estas cantidades continúan decayendo en tanto la flora cambia hacia el tipo de flora intestinal que se encuentra en el adulto.

Estudios de la flora intestinal infantil llevados a cabo en un zonas rurales, los lactantes alimentados con pecho demostraron altas concentraciones de Bífidobacterias (*B. infantis*), cerca del 100%. Estos niños tienen más resistencia natural a las infecciones por *Shigella*, germen que puede causar cuadros de diarrea severa. La tasa de infección por *Shigella* para lactantes no alimentados al seno es mucho mayor.

La carencia de una microflora competitiva en el intestino de lactante fue citada como probable causa de infecciones de *Clostridium botulinum* causando botulismo. Los bebés ingirieron probablemente las esporas del botulismo con el polvo de la casa, en la miel y en la soya. Los lactantes no tienen el mismo nivel de ácidos gástricos como los del adulto, los cuales usualmente destruyen este tipo de bacterias patógenas.

Las Bífidobacterias inhiben la colonización del intestino por bacterias invasoras causantes de enfermedades. Producen también sustancias antimicrobiales las cuales inhiben el crecimiento de agentes patógenos comunes.

Nutricionalmente la bífidobacteria mejora el aumento de peso en lactantes a través de una mejor retención de nitrógeno. Estos asisten en la absorción de calcio y otras vitaminas y minerales. Ellas también ayudan a producir lactasa que es la enzima necesaria para la digestión del azúcar de la leche.

Los recién nacidos son inoculados, naturalmente, con *Bifidobacteria infantis* y otros microorganismos amigables porque estas pasan a través del canal del parto. Estas bacterias "amigas" entran al intestino del bebé a través de la boca e intentan adherirse a la mucosa gastrointestinal, antes de que otros no tan amigables hagan lo mismo.

La alimentación al pecho favorece el crecimiento de Bífidobacterias, particularmente la *Bifidobacterium infantis*. Los bebés que nacen por cesárea no la obtienen o nacen sin una inoculación saludable de estos microorganismos simbióticos. Si estos bebés además son alimentados con tetero y fórmulas industriales, terminan con una microflora de tipo adulto, la cual no es óptima para su salud.

La flora intestinal de infantes, aún saludables y alimentados al seno, es relativamente inestable. Pequeños cambios en el ambiente del infante pueden alterar el balance del microorganismo amigable. Esto puede permitir el sobrecrecimiento de otras enterobacterias patógenas en el intestino delgado y el estómago, reduciendo la absorción de nutrientes y causando otros tipos de problemas.

Cambios bruscos en la dieta, vacunaciones, infecciones comunes, aún cambios bruscos en el clima, pueden causar tales imbalances. Antibióticos y otras drogas pueden causar alteraciones en el balance aún más drásticas con el resultado de diarrea, candidiasis y otras patologías.

Al parecer la contaminación ambiental predominante en las grandes ciudades, también afecta negativamente a las bífidobacterias. Por lo tanto la alimentación al seno no asegura más los niveles óptimos *de Bifidobacteria infantis en los bebés. En los últimos 20 años o más, los investigadores han encontrado que los niveles de B. infantis gradualmente va declinando, aún en bebés saludables alimentados al seno. La Bifidobacterium infantis no la Bifidobacterium bifidum o Lactobacillus acidophilus* u otros microorganismos deben ser predominantes en los bebés alimentados al seno. Por eso saludamos la llegada de yogures elaborados con *Bifidobacterium bifidum* y *B. infantis* u otros complementos nutricionales especialmente diseñados para regenerar la flora bacteriana fermentativa, para garantizar la salud tanto de niños como de adultos.