



## Diarrea asociada a antibióticos

# Probióticos

Los probióticos probablemente son eficaces para reducir la aparición de la DAA en niños.

**En niños, la aparición de una diarrea asociada a antibióticos (DAA) es un problema frecuente** que ocurre entre el 11 y el 40 % de los casos. Se debe a que los antibióticos alteran la flora bacteriana intestinal, sobre todo los de amplio espectro, como la amoxicilina, las cefalosporinas, etc. A veces, a los niños se prescriben probióticos (microorganismos vivos no patógenos) durante el tratamiento antibiótico para reducir la aparición o la duración de la DAA. Pero ¿sirven para ese fin?

**Para responder, se evaluaron 33 ensayos clínicos**, que incluyeron a un total de 6.352 niños de 0 a 17 años que tomaban antibióticos, donde se comparaba la eficacia de diferentes probióticos frente a nada, un placebo u otro tipo de tratamiento.

**Conclusiones: la administración de probióticos reduce de forma moderada la aparición de DAA.** La revisión encontró que un 8 % de los niños que habían tomado probióticos desarrollaron DAA en comparación con un 19 % de los niños que no los tomaron. Esa diferencia se traduce en que por cada 9 niños tratados con probióticos se evita 1 caso de DAA. Además, los probióticos reducen en casi 1 día la duración de la diarrea, según los hallazgos de 8 ensayos. Por último, sobre los efectos adversos, no hay diferencias entre los niños que tomaron probióticos y los que no, según 24 de esos ensayos.

**Grado de certeza de la evidencia.** Depende de la calidad metodológica de los ensayos clínicos revisados. En este caso, el grado de certeza en cuanto a la eficacia de los probióticos para reducir la DAA es moderada; y, baja para los efectos adversos.



Información extraída de Cochrane y adaptada por OCU. La finalidad de Cochrane es revisar y sintetizar la investigación científica, para que pacientes y profesionales tomen decisiones basadas en información fiable. Texto completo en: [doi.org/10.1002/14651858.CD002845.pub3](https://doi.org/10.1002/14651858.CD002845.pub3). Más en: [es.cochrane.org/es/divulgación/cochrane-responde](https://es.cochrane.org/es/divulgación/cochrane-responde).

## A partir de 2022

# INFUSIONES MÁS SEGURAS

Buenas noticias para los grandes bebedores de té y otras hierbas en infusión.

Los alcaloides pirrolizidínicos (AP) son toxinas naturales que producen las plantas como mecanismo de defensa frente a herbívoros. Su principal efecto a altas dosis son diversos grados de daño hepático. Además, la Agencia Internacional para la Investigación del Cáncer los ha clasificado como "posiblemente cancerígenos". La EFSA advirtió en 2016 que quienes están más en riesgo son los grandes consumidores de té e infusiones, sobre todo si son niños. Ocurre cuando esos productos están contaminados por plantas cercanas que producen AP.

OCU hace un año publicó un estudio (OS nº 149, abril 2019) que evidenciaba la presencia de este tipo de alcaloides en el 78 % de las muestras de manzanilla analizadas. En él pedíamos a la UE que estableciese límites legales y por fin han llegado: ya hay valores máximos de AP en determinados productos alimenticios como té, infusiones, hierbas secas y complementos que contengan estos productos como ingredientes. Se han fijado en una normativa que empezará a ser aplicable desde el 1 de julio de 2022. Es un gran paso en el control de estos contaminantes en alimentos.

OCU hace un año publicó un estudio (OS nº 149, abril 2019) que evidenciaba la presencia de este tipo de alcaloides en el 78 % de las muestras de manzanilla analizadas. En él pedíamos a la UE que estableciese límites legales y por fin han llegado: ya hay valores máximos de AP en determinados productos alimenticios como té, infusiones, hierbas secas y complementos que contengan estos productos como ingredientes. Se han fijado en una normativa que empezará a ser aplicable desde el 1 de julio de 2022. Es un gran paso en el control de estos contaminantes en alimentos.

