

Els probiòtics i prebiòtics ajuden a controlar la irritabilitat per TDAH

Un estudi de Vall d'Hebron obre la porta a un nou enfocament terapèutic

ANTONI LÓPEZ TOVAR Barcelona

Els simbiòtics (una combinació de probiòtics i prebiòtics) són una eina prometedora per tractar la irritabilitat i altres problemes emocionals que afecten una bona part dels adults amb déficit d'atenció i hiperactivitat (TDAH) i trastorn límit de la personalitat (TLP). És la conclusió del primer assaig clínic que ha fet servir per primera vegada un simbiòtic per comprovar la millora del control emocional en els pacients que tenen aquests trastorns psiquiàtrics.

“Els tractaments actuals no aconsegueixen millorar d'una manera significativa els símptomes d'irritabilitat, que sovint es manifesten juntament amb altres problemes emocionals, com ara la desregulació emocional i la impulsivitat”, explica Gara Arteaga, del servei de psiquiatria de Vall d'Hebron. El 70% dels pacients amb TDAH i TLP manifesten aquesta mena de problemes al llarg de la seva vida, afirma la psiquiatra, i els símptomes tenen un impacte molt elevat en la seva qualitat de vida, especialment en forma de conflictes de convivència o en les relacions interpersonals. En casos greus, la irritabilitat, símptoma complex i sovint persistent, pot incrementar el risc de suïcidi.

El treball, liderat pel grup de psiquiatria, salut mental i addiccions de Vall d'Hebron Institut de Recerca (VHIR) i el Ciber de salut mental, revela el potencial dels probiòtics en aquests casos. Els resultats, publicats a la revista *Brain, Behavior and Immunity*, indiquen que el simbiòtic administrat és “positiu, útil i eficaç per gestionar aquesta simptomato-



Prova neurobiològica amb un videojoc per millorar el TDAH en els infants

El 70% dels pacients manifesten problemes de desregulació emocional al llarg de la vida

logia, fins i tot en una perspectiva molt real en la pràctica clínica”, afirma la doctora Arteaga.

Han participat en la investigació 180 pacients d'entre 20 i 65 anys, dels quals 113 amb TDAH, 44 amb TLP i 23 amb totes dues patologies. Tots presentaven símptomes d'irritabilitat i la majoria prenia d'altres tipus de medicacions. La meitat de la mostra va rebre placebo, i l'altra, un sim-

biòtic compost per quatre tipus de bacteris (probiòtic) i un conjunt de sucres que fan de nutrients perquè creixin aquests bacteris (prebiòtic). Al cap de deu setmanes en 19 dels pacients (11% del total) s'hi va observar una reducció dels nivells d'irritabilitat. El 79% havien pres el simbiòtic, i el 21%, placebo.

Per què uns pacients van respondre als simbiòtics i d'altres no? Segons els investigadors, la resposta està influïda per les condicions inflamatòries de base de cada individu. Després d'estudiar la relació entre l'èxit de la teràpia i els nivells d'algunes molècules del sistema immunitari, consideren que amb nivells baixos de la molècula RANK-L en sang hi ha més inflamació de ba-

se que pot afectar el cervell. “En aquest cas, els simbiòtics podrien ajudar a reduir la inflamació i, per tant, millorar els símptomes”, apunta Arteaga.

“És una primera pedra per poder millorar la gestió d'aquesta simptomatologia”, afegeix. A hores d'ara per al tractament psicològic i farmacològic habitual del TDAH hi ha quatre medicaments. Són molt útils contra la hiperactivitat, però la seva eficàcia pel que fa als símptomes d'irritabilitat és més baixa. “És una àrea no ben coberta”, diuen els experts. El grup de treball té la idea de continuar explotant les dades de l'estudi i mirar d'ampliar-lo a altres patologies que també provoquin desregulació emocional.●