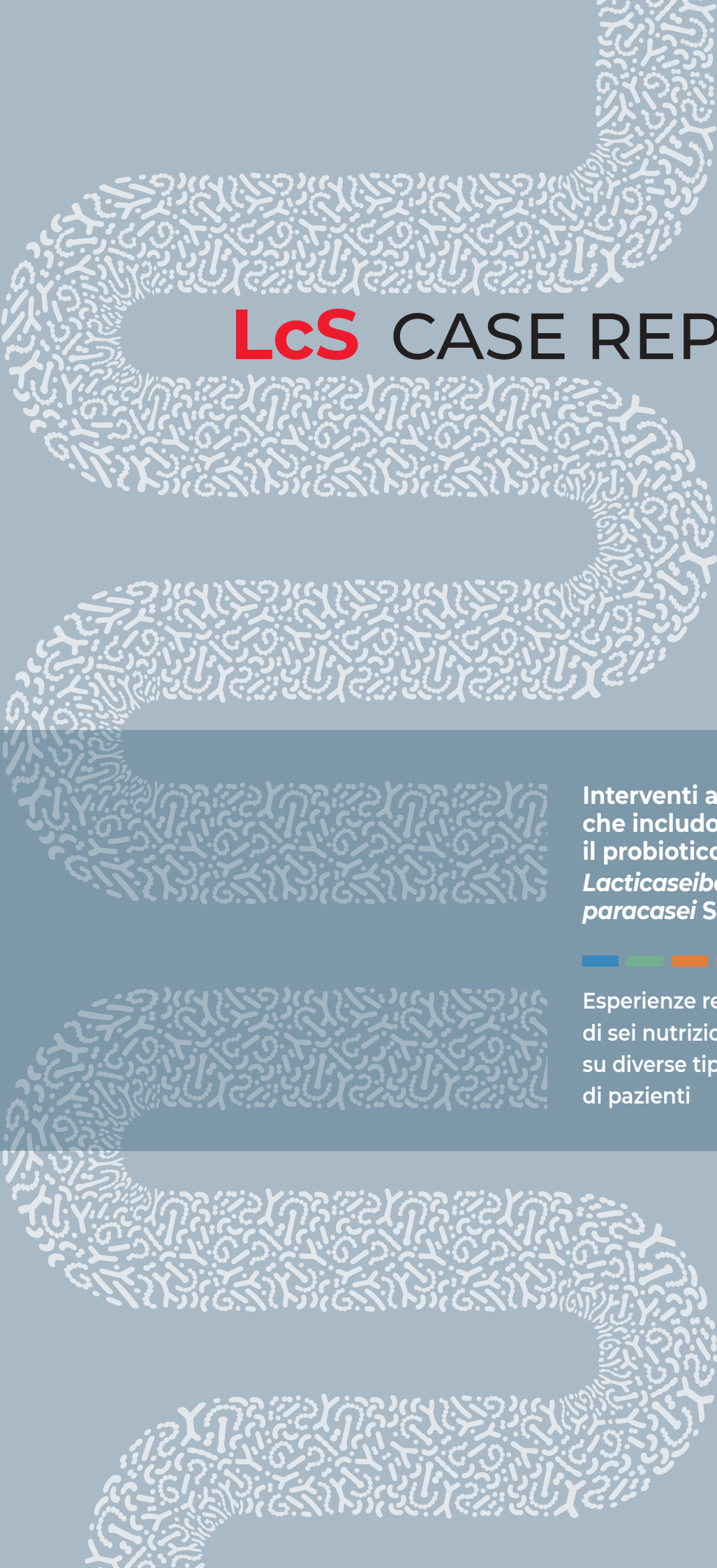




LcS CASE REPORT

Interventi alimentari
che includono
il probiotico
*Lacticaseibacillus
paracasei* Shirota (LcS)



Esperienze real-life
di sei nutrizioniste
su diverse tipologie
di pazienti

PREFAZIONE

L'importanza dell'alimentazione nella gestione della salute è un principio ormai consolidato dalla ricerca scientifica e dall'esperienza clinica quotidiana. Tuttavia, il ruolo dei probiotici e del microbiota intestinale è un campo di studio in continua espansione, con implicazioni che vanno ben oltre il benessere gastrointestinale, toccando aree come l'immunità, il metabolismo e persino la salute mentale.

Come sappiamo, una raccolta di casi clinici non ha la pretesa di sostituirsi alla ricerca clinica, ma può rappresentare un contributo prezioso. Raccontiamo qui le esperienze di sei nutrizioniste che, nella loro consolidata pratica professionale, hanno incluso il ceppo probiotico *Lacticaseibacillus paracasei* Shirota (LcS) negli interventi alimentari di pazienti con esigenze diverse: dagli anziani con comorbidità, agli atleti di alto livello, fino alle donne in gravidanza e ai bambini con problematiche gastrointestinali complesse.

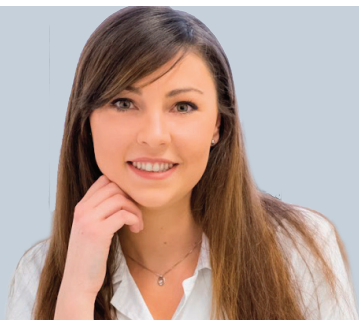
Attraverso un approccio basato sull'evidenza e sull'osservazione diretta, ciascun caso presentato in questo volume fornisce un quadro dettagliato dell'intervento alimentare adottato e degli effetti sul paziente, mettendo in luce il potenziale dei probiotici come supporto nella pratica clinica.

Oltre a rappresentare una fonte di aggiornamento scientifico per professionisti della salute, questo booklet vuole essere anche un'ispirazione per chi opera nel settore della nutrizione e desidera ampliare la propria comprensione delle strategie alimentari volte al miglioramento della qualità della vita dei pazienti.

Ci auguriamo che queste esperienze possano contribuire a una riflessione più ampia sulla necessità di personalizzare gli interventi nutrizionali e sulla crescente rilevanza della salute intestinale nel benessere generale.

Massimo Barberi
Direttore Microbioma.it

SINTOMI GASTROINTESTINALI IN PREADOLESCENTE CON GASTROSCHISI E AGANGLIA COLICA



Caso clinico raccolto dalla

Dott.ssa
Vanessa Lomazzi

Biologa Nutrizionista,
Legnano (MI)

Si descrive come curiosa e determinata, appassionata di viaggi. Ha viaggiato zaino in spalla in Oriente, imparando indipendenza e adattamento. Il pianoforte, la danza classica e il nuoto agonistico le hanno trasmesso disciplina e resilienza. È moglie, mamma e direttrice del Centro Igea Salute e Prevenzione di Legnano. Laureata in Biologia Sanitaria e Biologia Applicata alla Ricerca Biomedica, con un Master in Nutrizione Clinica e Preventiva, è biologa nutrizionista e Coordinatore del Comitato Tecnico-Scientifico di Nutrizione dell'Ordine dei Biologi della Lombardia.

IL PAZIENTE



Luca
12 anni
studente



Motivazione del consulto

- Sintomi gastrointestinali aspecifici, esiti di gastroschisi e aganglia colica che comportano un alterato transito intestinale e un quadro di incontinenza fecale
- Crescita ridotta e selettività alimentare
- Significativa inappetenza



Valori antropometrici

- Kg 30,8
- h 141 cm
- IMC 15,4 (sottopeso)
- Circonferenza vita 54 cm

IN BREVE

Luca, 12 anni, si presenta per una consulenza nutrizionale a causa di **sintomi gastrointestinali aspecifici, crescita ridotta e selettività alimentare**, in un quadro clinico complesso associato a **gastroschisi** e **aganglia colica**. Tali condizioni, che comportano alterato transito intestinale e incontinenza fecale, limitano la sua assunzione alimentare, soprattutto in contesti sociali, e influenzano negativamente il suo benessere psicologico.

Le sue abitudini alimentari includono una **dieta monotona e non equilibrata**, con assunzione calorica molto ridotta e preferenza per pochi alimenti specifici. È **sottopeso (IMC 15,4)** e presenta una **continua sensazione di stanchezza** accompagnata a un sonno non ristoratore.

Il **piano nutrizionale**, strutturato su **2500 kcal giornaliere**, con una ripartizione equilibrata di macro e micronutrienti, è mirato a **ridurre i sintomi gastrointestinali, incrementare il peso e l'altezza**.

Si enfatizza l'importanza della varietà alimentare, **introducendo gradualmente alimenti accettati dal paziente** e un **latte fermentato** con l'esclusivo ceppo probiotico ***Lactocasei-bacillus paracasei Shirota (LcS) - Yakult***, apprezzato per il formato e il gusto, per **favorire l'equilibrio del microbiota intestinale**.

Nonostante una compliance inizialmente bassa, il paziente ha progressivamente **migliorato l'aderenza**, supportato anche da un **percorso psicologico**.

Dopo 4 mesi, ha registrato un **aumento di peso** (+1,2 kg) e altezza (+2 cm), con significativa **riduzione dei disturbi gastrointestinali** e dell'**incontinenza**.

Questo caso evidenzia l'importanza di un approccio nutrizionale integrato – specialmente in casi clinici complessi come questo – che affronti anche le barriere psicologiche e promuova un rapporto equilibrato con il cibo.



ANAMNESI ALIMENTARE

Nessun percorso nutrizionale precedente

Abitudini alimentari:



COLAZIONE

non fa colazione



PRANZO

a pranzo se è a scuola non mangia quasi nulla, se è a casa mangia solo lasagna o toast



SPUNTINI

non fa spuntini



CENA

a cena mangia solo feta oppure salsiccia oppure burger di prosciutto



CIBI CONSUMATI

durante la giornata riferisce di assumere occasionalmente junk food



ASSUNZIONE LIQUIDI

beve bevande zuccherate

DIAGNOSI CLINICHE/ESAMI

- Paziente nato **premature**
- Con problematiche significative fin dalla nascita, tra cui **gastroschisi** e **aganglia colica**, che hanno richiesto numerosi interventi chirurgici
- Tali condizioni hanno determinato un'importante **compromissione della funzionalità intestinale** e un quadro clinico complesso

ANAMNESI MOTORIA/FUMO/ALCOL/SONNO

- Non pratica attività motoria
- Mai fumo
- No alcolici
- Fatica a prendere sonno e ha frequente sensazione di stanchezza e riposo non ristoratore



INTERVENTO NUTRIZIONALE

La **strategia nutrizionale** è stata pianificata sulla base dei seguenti obiettivi:

- riduzione dei disturbi gastrointestinali e dell'incontinenza fecale
- incremento ponderale (obiettivo a 8 mesi: 37 kg, IMC 18,5 normopeso)
- incremento staturale (obiettivo a 8 mesi: + 6 cm)

L'**intervento nutrizionale** è stato così composto:

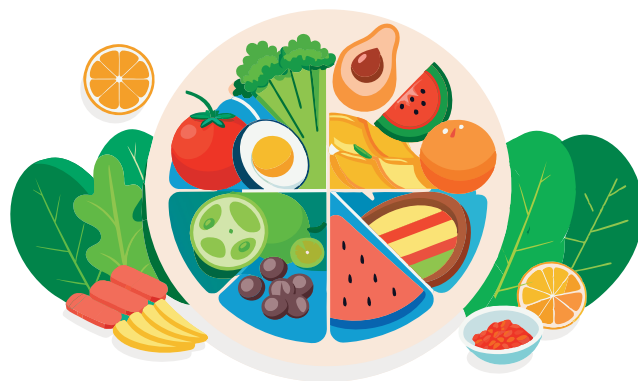
- **piano alimentare di 2500 kcal** al giorno calcolato sulla base dei LARN con apporto di carboidrati 55%, grassi 25%, proteine 0,85 g per kg, fibre 12 g/1000 kcal
- **apporto calorico ripartito durante la giornata:** colazione 15-20%, pranzo 35-40%, cena 30-35%, spuntini (mattina e pomeriggio) 5-10% ciascuno.
- **colazione:** il paziente accetta di inserire dei biscotti e limitare a una volta a settimana eventuali prodotti confezionati. Accetta in modo positivo l'inserimento di una bottiglietta di **Yakult Balance** o **Yakult Plus**

Più nel dettaglio, **Yakult Balance** è la bevanda di latte scremato fermentato che contiene in ogni bottiglietta (65 ml) 20 miliardi di esclusivi probiotici ***Lactocaseibacillus paracasei Shirota (LcS)***, che favoriscono l'equilibrio del microbiota intestinale. È ricco in **vitamina D**, che contribuisce al mantenimento della salute di ossa e muscoli e al buon funzionamento del sistema immunitario, con un ridotto contenuto di zuccheri.

Yakult Plus è la bevanda di latte scremato fermentato che contiene in ogni bottiglietta (65 ml) 20 miliardi di esclusivi probiotici ***Lactocaseibacillus paracasei Shirota (LcS)***, che favoriscono l'equilibrio del microbiota intestinale. Ricco in **vitamina C**, che contribuisce al buon funzionamento del sistema immunitario e alla riduzione del senso di stanchezza e di affaticamento, fonte

di fibre e con un ridotto contenuto di zuccheri.

- **spuntino di metà mattina:** in base ai gusti del paziente e alla sua predisposizione, si conviene di inserire un panino con prosciutto cotto e formaggio spalmabile con succo di frutta
- **pranzo e cena:** si decide di alternare ai pochi alimenti che il paziente assume normalmente anche alcuni piatti completi (ad esempio pasta + secondo piatto + verdure) nonostante la forte selettività alimentare
- **merenda pomeridiana:** yogurt alla frutta o yogurt greco
- accetta di assumere **durante la giornata** 20-30 gr di formaggio grana
- in generale, si raccomanda la **massima varietà di scelta** all'interno di ogni categoria alimentare, con **particolare attenzione** a quella della **frutta** e della **verdura**. Si consiglia di provare a consumare ortaggi diversi in ogni giorno della settimana.



Nei primi mesi, il paziente mostra una compliance estremamente ridotta nel consumare le porzioni alimentari adeguate e nell'introdurre nuovi alimenti, limitandosi spesso agli alimenti abituali. Tuttavia, dimostra fin dall'inizio una **maggiore apertura nell'accettare i biscotti** a colazione e **Yakult**, per il quale, talvolta e di sua iniziativa, **assume due bottigliette al giorno**.

L'introduzione di **Yakult** a colazione si allinea alle esigenze del paziente, che lo **apprezza** per il suo **gusto particolarmente gradevole**. Inoltre, il prodotto non viene vissuto dal giovane paziente come un intervento farmacologico, ma come un **momento piacevole e gustoso**. Questi aspetti hanno favorito una buona compliance fin da subito, rappresentando un primo passo verso un rapporto più equilibrato e sostenibile con il cibo.

Dopo un mese, la compliance generale rimane limitata, eccezion fatta per la colazione, a causa del persistente **timore di sviluppare sintomi gastrointestinali** o **incontinenza fecale**, sebbene non vi siano evidenze cliniche che supportino tali paure, ma i sintomi siano riconducibili a una dieta non equilibrata e a una condizione di disbiosi.

Durante il **follow-up**, il paziente accetta di intraprendere un **percorso psicologico**, che contribuisce significativamente al miglioramento della compliance nel tempo. Questo progresso avviene senza necessità di modifiche sostanziali al piano dietetico iniziale. Luca dimostra una **crescente fiducia nel percorso nutrizionale** e manifesta il desiderio di **mantenere Yakult a colazione**, sottolineandone i benefici percepiti.

+1,2



• **Aumento del peso in 4 mesi**



• **Aumento dell'altezza in 4 mesi**



• **Diminuzione disturbi gastrointestinali e incontinenza fecale**

RISULTATI E DISCUSSIONE

Dopo 4 mesi, la strategia nutrizionale applicata ha portato al raggiungimento dei seguenti risultati:

- **aumento del peso:** +1,2 kg
- **aumento dell'altezza:** +2 cm
- **diminuzione** significativa dei **disturbi gastrointestinali** e dell'**incontinenza fecale**

Questo caso evidenzia la **complessità nell'affrontare disturbi intestinali** che non derivano unicamente dal quadro clinico pregresso, ma **sono fortemente influenzati da componenti psicologiche e comportamentali**. Le scelte alimentari di questo paziente sono condizionate dal timore di sintomi gastrointestinali, non supportati però da evidenze cliniche, e dal disagio legato alla sua percezione di sé, ostacolando l'efficacia del piano nutrizionale.

PROSPETTIVA DEL PAZIENTE

Nei primi mesi, nonostante la compliance inizialmente limitata, il paziente ha incominciato a percepire i **benefici di un'alimentazione bilanciata introdotta gradualmente**. Questo progresso è stato accompagnato da una **crescente consapevolezza** del ruolo fondamentale che una dieta equilibrata riveste nel supportare la salute e il benessere generale.

Sono state omesse tutte le informazioni che avrebbero potuto rendere identificabile il paziente.

