



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE NUTRICIÓN

**Probióticos en el tratamiento de pacientes adultos con síndrome
del intestino irritable: Revisión sistemática**

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

Licenciada en Nutrición

AUTORAS:

Alonzo De La Cruz, Merlin Goretti (ORCID: 0000-0003-1668-2969)

Paredes Cancino, Ana Flavia Naomy (ORCID: 0000-0002-1288-8698)

ASESOR:

Dr. Díaz Ortega, Jorge Luis (ORCID: 0000-0002-6154-8913)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Enfermedades no transmisibles

TRUJILLO — PERÚ

2021

Dedicatoria

De Merlin:

-A mi madre María Elena, por apoyarme a culminar mis metas propuestas y depositar su confianza en mí.

-A mi padre Leoncio, que está en el cielo, el cual fue uno de mis grandes maestros e inspiración para superarme.

-A mis hijos Adriel y Berenice, por ser el motor de mi desarrollo profesional y motivarme a esforzarme día a día para alcanzar mis objetivos.

-A mi esposo Adan, por ser un soporte y fortaleza en la culminación de mis estudios.

-A mis hermanos y hermanas, por acompañarme en cada etapa de mi vida y ser parte de mi desarrollo profesional.

De Flavia:

-A mis padres, Augusto y Rosario quienes siempre me han brindado su amor, paciencia y esfuerzo, por apoyarme en todo lo que me propongo, por recordarme a diario lo guerrera que soy y puedo llegar a ser, por nunca dudar de mi potencial, por ser mi motivación y mi ejemplo de superación.

-A mi abuelita Violeta por su amor, apoyo incondicional y confianza depositada en mí para lograr mis metas, por entenderme y animarme a seguir cuando más lo necesitaba.

-A mis tíos Roxana, Yanett, Mary y Juan por su apoyo brindado en cada momento, por su cariño y por guiarme a elegir una carrera del área de la salud.

-A mis primos hermanos Anilú, Paola y Franco, por su comprensión, cuidados y amor hacia mí, por ser mi soporte emocional incondicional, por siempre estar ahí para mí cuando los necesito, por creer en mí, por aceptarme tal como soy, por brindarme ese amor de hermanos que no había experimentado antes.

Agradecimiento

Agradecemos a Dios, por guiarnos y darnos fortaleza para no rendirnos en los momentos más complicados.

A nuestros formadores académicos, por ser parte de nuestro desarrollo profesional e impartir conocimientos, los cuales nos han ayudado a concluir nuestras metas propuestas.

Índice de contenidos

Dedicatoria	2
Agradecimiento	3
Índice de contenidos	4
Índice de tablas	5
Índice de gráficos y figuras	6
Resumen	7
Abstract	8
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	4
III. METODOLOGÍA	11
3.1. Tipo y diseño de investigación	11
3.2. Variables y operacionalización	11
3.3. Población y muestra	12
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	13
3.5. Procedimientos	15
3.6. Método de análisis de datos	16
3.7. Aspectos éticos	16
IV. RESULTADOS	18
V. DISCUSIÓN	36
VI. CONCLUSIONES	43
VII. RECOMENDACIONES	44
REFERENCIAS	44
ANEXOS	54

Índice de tablas

Tabla 01: Caracterización de los estudios sobre la atenuación de síntomas clínicos con el uso de probióticos en pacientes adultos con SII, 2021	18
Tabla 02: Resultados de los estudios y aportes a la pregunta de investigación, 2021	30

Índice de gráficos y figuras

Figura 01: Flujograma, adaptado del modelo PRISMA, de estudios seleccionados

17

Resumen

El síndrome del intestino irritable (SII) con prevalencia de 11 % es un trastorno digestivo frecuente en personas menores de cincuenta años que se caracteriza por dolor abdominal, estreñimiento y diarrea. Esta revisión sistemática tiene el objetivo de analizar en diferentes ensayos clínicos el efecto de los probióticos sobre los síntomas clínicos del síndrome del intestino irritable en pacientes adultos. Se realizó una búsqueda y selección de artículos de los últimos cinco años en la base de datos de la biblioteca virtual de la Universidad César Vallejo (Scopus, PubMed, Proquest y EbscoHost). Se utilizó una ficha de selección y elegibilidad de artículos, así como también se evaluó su calidad mediante el análisis de riesgos y sesgos del Manual Cochrane, quedando 19 artículos elegidos. Tras analizar los resultados se identificó que los probióticos más utilizados, fueron *Lactobacillus*, *Bifidobacterium* y *Bacillus Coagulans* quienes demostraron mejoras en la sintomatología del SII, al ser consumidos durante 08 semanas como mínimo y a una dosis alta según cada probiótico de manera individual o en combinaciones multicepas. Por todo ello, se convierten en un posible tratamiento para la atenuación de los principales síntomas del síndrome del intestino irritable.

Palabras clave: Síndrome del intestino irritable, probióticos, *Lactobacillus*, síntomas, dolor abdominal. (MeSH, National Center for Biotechnology Information)

Abstract

Irritable bowel syndrome (IBS) with a prevalence of 11% is a common digestive disorder in people under fifty years of age characterized by abdominal pain, constipation and diarrhea. This systematic review aims to analyze in different clinical trials the effect of probiotics on the clinical symptoms of IBS in adult patients. A search and selection of articles from the last five years was made in the database of the virtual library of the Universidad César Vallejo (Scopus, PubMed, Proquest and EbscoHost). An article selection and eligibility form was used, as well as the risk and bias analysis of the Cochrane Manual, leaving 19 articles selected. After analyzing the results, it was identified that the most commonly used probiotics in IBS were *Lactobacillus*, *Bifidobacterium* and *Bacillus Coagulans*, which showed improvements in IBS symptomatology, when consumed for at least 08 weeks and at a high dose according to each probiotic individually or in multi-strain combinations. For all these reasons, they become a possible treatment for the attenuation of the main symptoms of irritable bowel syndrome.

Keywords: Irritable bowel syndrome, probiotics, *Lactobacillus*, symptoms, abdominal pain. (MeSH, National Center for Biotechnology Information)