

## CONNEXIÓ INTESTÍ-CERVELL

Em creuries si et digués que la nostra salut física i mental depèn dels bacteris que habiten en els nostres intestins? Trencant amb la concepció habitual de l'intestí com a un simple òrgan del sistema digestiu, aquest treball de recerca tracta la relació bidireccional entre l'intestí i el cervell, així com la microbiota intestinal com un concepte multifactorial. També s'ha intentat indagar en l'estudi de l'impacte de l'alteració de la microbiota intestinal causada per l'estrès en la salut fisiològica i psico-emocional dels alumnes de l'escola Mestral, amb l'objectiu d'afirmar l'existència de la connexió.

En aquest treball es pretén recollir la base teòrica del paper de la microbiota en els processos de salut i malaltia de les persones. En definitiva, el present treball és una presentació de l'estat de la qüestió respecte als aspectes clínics de la microbiota intestinal i la seva interacció amb l'organisme humà, resultat de la qual trobem situacions d'equilibri i salut o disbiosi i malaltia.

En el desenvolupament del treball, i com a part pràctica d'aquest, es proposa analitzar i estudiar l'alteració de la microbiota intestinal dels alumnes a causa de l'estrès, a través de la realització d'una enquesta a l'alumnat i, posteriorment, poder plantejar unes accions de millora en l'àmbit escolar. També s'inclou un cas clínic verídic amb l'objectiu d'afirmar la relació bidireccional entre l'intestí i el cervell i donar visibilitat a la malaltia.

En síntesi, en correlació a la teoria i al testimoni de la pacient del cas clínic, s'ha comprovat que la intensitat de la simptomatologia de la malaltia incrementa quan existeix una situació d'estrès o ansietat, fet que afirma la connexió bidireccional entre el cervell i l'intestí. En darrer lloc, els resultats de la recerca evidencien una clara manca de visibilitat i coneixement sobre la malaltia i la connexió intestí-cervell, fet que provoca que el diagnòstic i el tractament d'aquesta siguin *"un camí llarg amb molts obstacles"* (tal com diu la pacient a l'entrevista).

