10

Kenneth Timmis
The International Microbiology Literacy Initiative
k.timmis@icloud.com

MicroChat

Madres: guardianas y dadoras de microbiomas

Maisy: Mamá, toda mi clase está hablando sobre el microbioma y su importancia para nuestro bienestar. ¿Es verdad?

Mamá: Sí, cariño, es verdad.

Maisy: ¿Y qué significa bienestar?

Mamá: Bueno, significa lo sana que estás y lo bien que te sientes. Por ejemplo, si eres feliz la mayor parte del tiempo, si estornudas mucho o no en primavera cuando la cosecha de colza está en plena floración, o si a veces te sientes ansiosa o estresada sin ninguna razón obvia.

Maisy: Y he oído que existen los trasplantes fecales... Que suena horrible porque eso es comer caca, ¿no? – Dicen que mejoran los microbiomas que no son buenos.

Mamá: Bueno, sí, hay informes con excelentes resultados sobre el trasplante de microbiota fecal. Pero por supuesto que estos no implican que la gente coma salchichas de caca recuperadas de la taza del váter. La verdad que, lo admito, eso no suena muy apetitoso... Más bien son medicamentos que contienen los microorganismos que están presentes en las heces.

Maisy: Y también he oído que nuestros microbiomas vienen de nuestras mamás, cuando nacemos.

Mamá: Sí, es verdad. Aunque los papás son buenos para algunas cosas, las mamás dan el primer microbioma. Los científicos nos llaman el banco de semillas del microbioma humano.

Maisy: ¿Qué es un banco de semillas?

Mamá: Un banco de semillas es una colección de semillas almacenadas de forma segura, como las semillas de las flores. ¿Recuerdas cómo la abuela solía recoger semillas de sus plantas de capuchina cada otoño que proporcionarían las plantas que producirían las hermosas flores al año siguiente? Estos bancos conservan la diversidad de las plantas, los animales o, en este caso, los microorganismos del microbioma, para el futuro.

Obra de Joana B. Caldeira, Universidad de Coimbra.

Maisy: Así que, ¿eres el banco de semillas de todos los niños de nuestra familia?

Mamá: Sí... ¡Dios, qué lista eres! Y mi mamá fue el banco de semillas de mi microbioma.

Maisy: ¿Pero eso significa que mi microbioma viene de mi abuela, y de su mamá, y de su abuela, y así sucesivamente?

Mamá: ¡Caramba, eres muy lista para tu edad! Por supuesto, el banco de semillas se transmite durante generaciones. Aunque también los bancos de semillas cambian un poco de una generación a otra, porque todos vivimos de forma diferente, y la forma en que vivimos y las cosas que experimentamos afectan a los microorganismos que llevamos.

Maisy: Así que las mamás son responsables de nuestro bienestar, no sólo porque nos cuidan, sino porque nos dan el banco de semillas... Ooohhhh, ¡¡¿¿esto significa que yo llevo el banco de semillas para mis hijos??!! ¡¡¡Tus nietos!!!

Mami: Sí, cariño, ¡lo llevas!

Maisy: Pero ¿qué puedo hacer para asegurarme de que mi banco de semillas se mantiene en buen estado y proporciona a mis bebés el mejor bienestar posible?

Mamá: ¡Dios mío, qué preguntas tan profundas haces para una niña de 8 años! Lo principal es llevar una vida sana comiendo toda la fruta y la verdura que puedas, no comer demasiados dulces, cepillarse los dientes después de cada comida, hacer mucho ejercicio y abrigarse bien cuando hace frío para minimizar las infecciones... Y no haciendo travesuras... y manteniendo ordenada tu habitación.

Maisy: Pero: si yo soy la donadora del microbioma, seguro que soy muy superior a Johnny, que se pasa el día jugueteando, solo quiere comer pizza, va por ahí en pantalón corto con los cordones de las zapatillas desabrochados y inunca se lava detrás de las orejas!

Mamá: (tose) ejem, bueno, no debes decir eso porque él hace algunas cosas buenas, como... errr... ¡ahora sí que es hora de que te pongas a hacer los deberes!