

Madres: guardianas y dadoras de los microbiomas familiares

(Kenneth Timmis)

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

Mami: Sí, cariño, es cierto.

Maisy: ¿Y qué significa bienestar?

Mami: Bueno, significa qué tan saludable estás y te sientes: por ejemplo, si estornudas todo el tiempo cada primavera cuando florece el olivo o los cereales, o si te sientes ansiosa o estresada sin una razón obvia.

Maisy: Y escuché que existen cosas como los trasplantes fecales —lo cual suena horrible; es comer popó, ¿verdad?— que pueden mejorar microbiomas que no están bien.

Mami: Bueno, sí, hay informes de resultados excelentes con el TFM (trasplante fecal de microbiota), pero por supuesto que eso no implica que la gente coma popó, lo cual, admito, no suena nada apetitoso, sino medicinas que contienen organismos provenientes de los desechos intestinales

Maisy: Y también escuché que nuestros microbiomas vienen de nuestras mamis, cuando nacemos.

Mami: Sí, eso es cierto. Aunque los papis son buenos para algunas cosas, las mamis entregan el microbioma. A sus hijos. Los científicos nos llaman el banco de semillas del microbioma.

Maisy: ¿Qué es un banco de semillas?

Mami: Un banco de semillas es un banco permanente de semillas —como las semillas de flores (¿recuerdas cómo la abuelita solía recoger semillas de sus plantas de capuchina cada otoño para tener las plantas que darían las hermosas flores el próximo año?)— que conservan la diversidad de las plantas, animales, o en este caso, los microbios del microbioma, para el futuro.

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

Mami: Sí: ¡caray, qué lista eres! Y mi mami fue el banco de semillas de mi microbiota.

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

Mami: ¡Vaya! ¡Eres sabia más allá de tus años! Pero sí, el banco de semillas se transmite a través de las mamis por generaciones.

Maisy: Entonces las mamis son responsables de nuestro bienestar, no solo porque nos cuidan, sino porque nos dan el banco de semillas. ¡Caray! ¡Esto significa que yo llevo el banco de semillas para mis hijos, tus nietos!

Mami: Sí, cariño: ¡así es!

Maisy: Pero, ¿qué hago para asegurarme de que sea bueno y le dé a mis bebés el mejor bienestar posible?

Mami: ¡Dios mío! ¡Estás haciendo preguntas muy profundas para una niña de 8 años! Lo principal es llevar una vida saludable, no comer ni beber cosas malas, no meterse en líos,

Un marco de educación en microbiología centrado en el alumno

asegurarse de no enfermar, abrigarse bien cuando hace frío, no mojarse, y sobre todo, mantenerte limpia tú y tu cuarto. Especialmente tus dientes.

Maisy: Pero: si yo soy quien da el microbioma, ¡seguramente soy muchísimo mejor que Juanito, que pasa el día jugando con su iPhone, come solo pizza cuando puede, corre con pantalones cortos y los cordones sueltos, y nunca se lava detrás de las orejas!

Mami: (tos) ehm, bueno, no podemos decir eso porque él también tiene otras cualidades positivas, pero ahora sí, ¡es hora de que te pongas a hacer la tarea!