

# LES PROBIOTIQUES

## 1 C'est quoi ?

D'après l'OMS, les probiotiques sont des micro-organismes vivants qui, lorsqu'ils sont ingérés en quantité suffisante, exercent des effets positifs sur la santé, au-delà des effets nutritionnels traditionnels.



**Il doit posséder  
les propriétés  
intrinsèques  
des bactéries présentes  
naturellement  
dans l'intestin.**

Sources :  
1.M. Jungersen et al. 2014, The Science behind the Probiotic Strain Bifidobacterium animalis subsp. lactis BB-12®

## 2 Nomenclature

À quoi correspondent les noms des micro-organismes contenus dans des probiotiques ? Un être vivant (plante, microorganisme, animal) est connu sous la dénomination : **Genre espèce** et parfois **Genre espèce sous-espèce**<sup>1</sup>.



Prenons l'exemple du chat. Le chat sauvage (**Felis silvestris**) n'est pas de la même espèce que le chat des sables (**Felis margarita**). Cependant ils appartiennent tous deux au genre **Felis**, l'un des genre qui compose la famille des félidés. (Il existe aussi les genres **Lynx**, **Leopardus**, **Panthera** etc. eux aussi subdivisés en espèces).

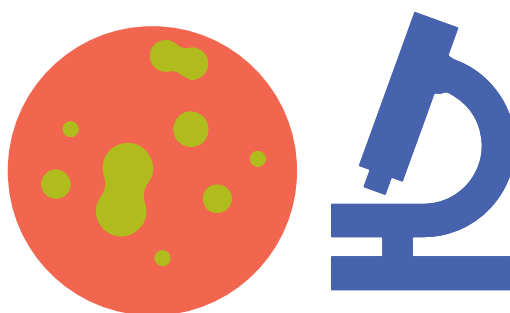
Le chat domestique (*Felis silvestris catus*) est lui une sous espèce du chat sauvage (**Felis silvestris**). Ils appartiennent donc tous deux à l'espèce **silvestris** du genre **Felis**. Genre espèce (sous-espèce), il en va de même pour les micro-organismes.

Sauf qu'on leur rajoute une appellation : la souche.<sup>2</sup>

Souvent une combinaison de lettres et nombres, la souche permet de différencier des bactéries d'une même espèce mais avec des gènes légèrement différents. Comme les différences entre deux êtres humains : ils sont de la même espèce mais avec des particularités propres à chacun.

Pour les bactéries, la souche est un élément très important car au sein d'une même espèce, toutes les souches n'ont pas le même effet.

Sur un produit, à côté du nom du microorganisme, sera toujours inscrit le dosage en UFC : Unités Formant Colonies. Une bactérie seule est une UFC c'est-à-dire qu'à elle-seule, elle peut former une colonie en se multipliant, plusieurs millions d'individus. Ces individus sont tous des clones, exactement similaires à la bactérie de départ.



### Définitions :

Genre : Ensemble d'êtres vivants, situé, dans la classification, entre la famille et l'espèce, groupant des espèces voisines désignées par le même nom latin (Larousse)

Souche : Variante génétique ou sous-type intraspécifique d'un micro-organisme (virus, bactérie, champignon) (Dijkshoorn, L.; Ursing, B.M.; Ursing, J.B. (2000). "Strain, clone and species: comments on three basic concepts of bacteriology)

Clone : Ensemble des individus qui partagent le même patrimoine génétique (Larousse)

### Sources :

1 <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK21100/>

2 <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5029483/>



SANOFI