

## Bilan – Chapitre 13 : Microbiote humain et santé

### Mémo

#### Unité 1 Le microbiote : un partenaire symbiotique pour la santé

- Le microbiote humain représente l'ensemble des microorganismes qui vivent sur et dans le corps (principalement la peau, le tube digestif et le vagin). Les interactions hôte-microorganismes et la diversité du microbiote sont des indicateurs de santé.
- Le microbiote se met en place dès la naissance par contact avec le microbiote de la mère.
- Une **symbiose** entre le microbiote et l'individu se met en place.

#### Unités 2 & 3 Microbiote intestinal et santé

- Les habitudes alimentaires modifient l'évolution du microbiote. L'apport de fibres conduit à une augmentation de la diversité et de la stabilité du microbiote. Les campagnes de prévention et d'éducation pour la santé visent à ce que les individus maintiennent leur **écosystème microbiotique**, indicateur de bonne santé.
- Le microbiote intestinal participe au fonctionnement du **système immunitaire**. En régulant le système immunitaire, il exerce aussi une action anti-inflammatoire sur l'organisme, ce qui diminue les allergies. Dans le cas de l'obésité, on constate que la proportion entre les genres bactériens est modifiée, la symbiose est donc rompue.

## Unités 4 & 5 Immunité et microbiote sont en étroite interaction

- Une prise irraisonnée d'antibiotiques provoque l'élimination et la baisse de diversité des microorganismes du microbiote (dysbiose), ce qui a pour conséquence une altération de l'immunité.
- En cas d'affaiblissement du système immunitaire suite à un traitement (immunosuppresseurs) ou à un comportement (stress, fatigue, lavage excessif), certains microorganismes normalement bénins du microbiote peuvent devenir pathogènes pour l'organisme.
- La compréhension des modulations et des phénomènes de compétition des bactéries du microbiote ouvre des pistes de traitements de certaines maladies. Cette responsabilisation passe par une meilleure alimentation et une utilisation raisonnée des produits provoquant la disparition de tout ou partie du microbiote.

### Mots-clés

**Symbiose** : coopération durable entre deux organismes d'espèces différentes.

**Écosystème microbiotique** : ensemble dynamique entre l'organisme et l'ensemble des microorganismes qu'il abrite.

**Système immunitaire** : ensemble des structures organiques assurant la protection de l'individu et sa santé.