



## Communiqué de presse - Mieux comprendre et agir sur notre microbiote intestinal avec Nahibu

25 octobre 2019 - 11h57



*Le microbiote intestinal joue un rôle essentiel sur notre bien-être et notre santé*

*Lancé en juin dernier, Nahibu propose d'analyser les bactéries vivant au cœur de notre flore intestinale afin de mieux comprendre son fonctionnement, propre à chacun. Son objectif ? Améliorer la santé grâce à une analyse du microbiote intestinal et ce afin d'être capable de proposer des conseils nutritionnels sur-mesure. L'analyse proposée par Nahibu, réalisée en partenariat avec l'INRA, est à ce jour la plus précise au monde.*

[Une innovation exclusive, accessible à tous](#)

Nahibu, qui signifie à *l'intérieur* en japonais, propose une analyse exhaustive du microbiote intestinal, cet écosystème constitué de milliards de bactéries, et ce à partir d'un simple échantillon de selles.

Cette analyse détecte en profondeur l'ensemble des espèces bactériennes présentes dans chaque microbiote et met en lumière l'abondance et les fonctions de chacune (dégradation des acides aminés, métabolisme de l'énergie, dégradation des sucres, vitamines...).

Cette analyse avancée du potentiel fonctionnel de l'intestin permet ainsi, pour la première fois, d'appréhender les forces et les faiblesses d'un microbiote et d'expliquer au grand public le rôle exercé par les bactéries sur des problématiques quotidiennes ou occasionnelles : fatigue, manque d'énergie, troubles gastriques, maladies ou allergies...

[Une analyse personnalisée de son microbiote intestinal, à la maison](#)

Une fois les selles prélevées chez soi et envoyées à Nahibu, elles sont transmises au laboratoire d'analyse partenaire de Nahibu, l'unité MétaGénoPolis de l'INRA. Ce centre d'excellence de recherche spécialisé dans la compréhension et la caractérisation du microbiote intestinal va ainsi examiner la quantité et les fonctions des bactéries présentes dans le microbiote.

[Une interprétation grand public et individuelle de cette analyse est alors mise à disposition sur une plateforme digitale, accessible et détaillée, sur laquelle l'utilisateur peut découvrir :](#)

Son entérotype (classification des organismes vivants dans l'intestin humain),

Ses phyla (14 grandes familles bactériennes dont 4 vivent dans l'intestin),

Sa production d'acides gras à chaîne courte (molécules produites par les bactéries dans l'intestin lors de la fermentation des aliments, sources de nutrition principale pour le côlon),

Sa diversité (nombre d'espèces présentes détectées)

Le détail des bactéries identifiées, leur abondance et ce dont elles sont responsables. Par exemple, alors que la bactérie *Akkermansia muciniphila* permettrait d'augmenter la présence de mucus dans le tube digestif, et donc l'effet barrière associé, sa présence serait corrélée négativement avec le diabète, l'obésité ou les maladies inflammatoires chroniques de l'intestin. Elle serait présente en moins grande quantité chez les personnes stressées et/ou dépressives. Une seconde bactérie, la *Faecalibacterium prausnitzii*, produirait des molécules anti-inflammatoires et protégerait contre le cancer colorectal. Elle serait moins présente chez les personnes sujets à certains cancers (dont le colorectal) et souffrant du diabète de type 2.

[L'utilisateur pourra ainsi comprendre le rôle de son microbiote sur les problématiques suivantes :](#)

**Alimentation générale** : Qualités nutritionnelles des apports, diversité des apports et apports en prébiotiques

**État du transit** : Ballonnements et gaz, acidités, inflammations intestinales

**Intolérances et allergies** : Intolérances, prédispositions allergiques

**Fodmaps** : Intolérances digestives aux sucres (amidon, tréhalose, sucrose, lactose, galactose, maltose, glucose, fructose, sorbitol, mannitol, xylitol)

**Vitalité** : Qualité du sommeil, énergie et motivation

**État neuropsychique** : Équilibre psychique, résistance face aux stress et à l'anxiété

**Qualité de vie** : Capacité de concentration, capacités cognitives, mémoire, libido

**Aptitudes physiques** : Résistance à l'effort, aptitudes physiques

**Défenses et résistance** : Système immunitaire, cœur et vaisseaux, articulations

**Apparence** : Peau, cheveux et ongles, anti-âge

Proposés selon 3 axes, *MyMind*, *MyGut* et *MyFit*, les résultats sont explicités à travers 24 modules donnant le potentiel génétique du microbiote, c'est-à-dire, les capacités qu'a notre microbiote à nous aider dans notre quotidien via le métabolisme des microorganismes. Il est présenté sous forme de scores mesurés en comparaison à la cohorte Nahibu[1]. Chaque module indique si le score est optimal, courant ou améliorable.

### Des conseils nutritionnels propres à chaque personne

En fonction des résultats de l'analyse individuelle, Nahibu dispense des conseils nutritionnels adaptés, à titre informatif, en prenant en compte les forces et les faiblesses du microbiote : aliments à éviter ou bien à favoriser, prise de probiotiques, avec pour objectif final d'améliorer le bien-être et la santé générale.

Une liste de coordonnées de professionnels de santé, sélectionnés en amont par Nahibu, sera prochainement mise à disposition de ses clients afin de leur permettre de s'adresser à un professionnel de santé sensibilisé au microbiote qui pourra prendre le relais à partir de l'analyse Nahibu.

### L'analyse du microbiote la plus précise au monde

Contrairement aux tests déjà existants sur le marché tel que l'analyse ARN16S, Nahibu suggère une rupture technologique en proposant une analyse métagénomique quantitative shotgun, la technique la plus précise de séquençage du génome[2] à ce jour. Elle permet une analyse très fine et précise des bactéries présentes, ainsi que leur abondance, dans notre microbiote en les catégorisant par famille, espèce et genre et offre notamment la possibilité d'extraire le potentiel fonctionnel de chaque génome.

C'est grâce à la précision de cette analyse que Nahibu est en mesure de mieux comprendre comment va notre microbiote intestinal.

Le kit de prélèvement Nahibu est en vente au prix unique de 329 € sur le site [www.nahibu.com](http://www.nahibu.com).

*Verbatims des premiers utilisateurs de Nahibu disponibles sur demande.*

---

[1]Ensemble des individus ayant réalisé l'analyse. Nahibu possède aujourd'hui la plus importante cohorte d'individus sains au monde. Elle est actualisée chaque semaine afin de permettre à l'utilisateur de bénéficier d'une mise à jour en temps réel de ses évolutions sans limite dans le temps.

[2]Ensemble de l'information génétique d'un organisme contenu dans chacune de ses cellules sous la forme de chromosomes.

