

Le mot synbiotique a été proposé en 1995 pour désigner l'association d'un probiotique et d'un prébiotique. En 2019, un groupe de scientifiques s'est réuni pour discuter des spécificités de cette classe de substances et pour proposer une nouvelle définition.

# Les synbiotiques

Mélange de micro-organismes vivants et de substrat(s) sélectivement utilisé(s) par les micro-organismes de l'hôte\*, qui confère un bénéfice pour la santé de l'hôte.\*\*

Initialement, l'idée des synbiotiques était d'associer un probiotique avec un prébiotique. Cette approche exigerait que chaque composant du mélange respecte les critères d'un probiotique ou d'un prébiotique.

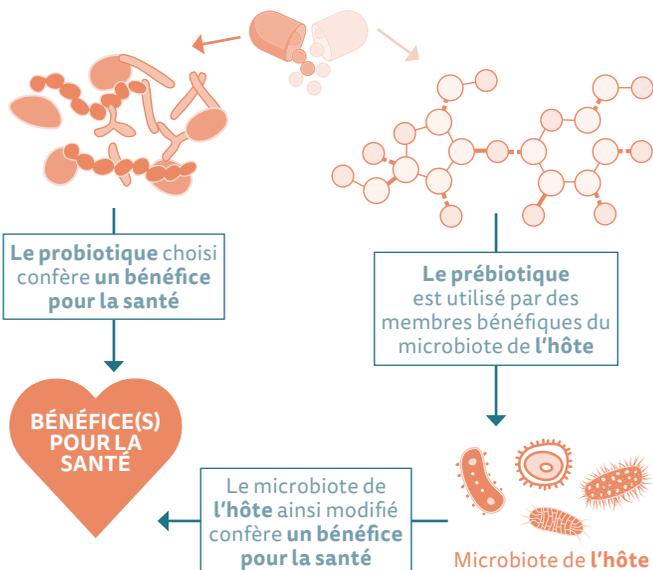


En définissant les synbiotiques, les scientifiques voulaient s'assurer que les produits innovants pourraient utiliser cette dénomination. Ils ont réalisé qu'il était aussi possible d'associer un micro-organisme vivant et une substance de type prébiotique qui pourraient fonctionner ensemble – le micro-organisme vivant se nourrissant de la substance prébiotique – sans que chacun des deux composants ne corresponde nécessairement à la définition de « probiotique » ou de « prébiotique » (dose et preuve d'un bénéfice pour la santé). **Ainsi, la définition ne se limite pas à l'association probiotique + prébiotique.**

## Les synbiotiques peuvent être formulés selon deux approches:

### LES SYNBIOTIQUES COMPLÉMENTAIRES

Mélange de probiotique(s) + prébiotique(s). Chacun fonctionne indépendamment pour conférer un ou plusieurs bénéfices pour la santé.



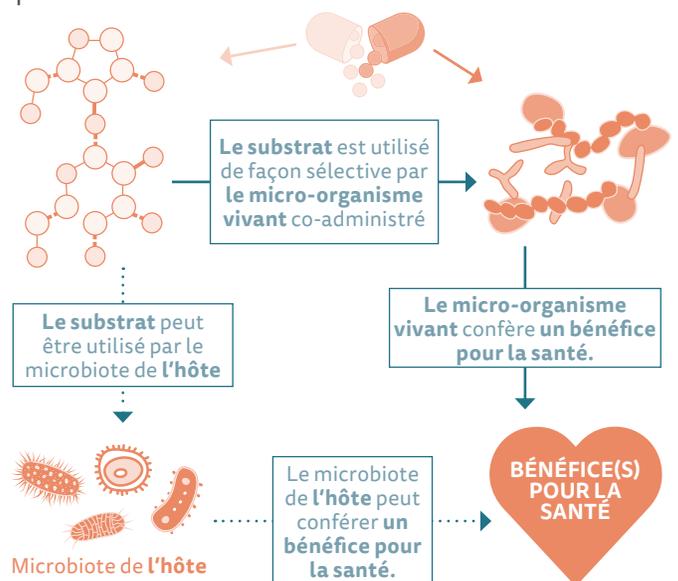
Les composants probiotiques et prébiotiques d'un synbiotique complémentaire doivent répondre respectivement aux critères minimaux d'un probiotique et d'un prébiotique.

Un synbiotique peut cibler les écosystèmes microbiens intestinaux ou non-intestinaux de l'organisme et peut être utilisé dans des produits correspondant à plusieurs catégories réglementaires (produits alimentaires ou non-alimentaires, produits cosmétiques, médicaments, ou compléments nutritionnels).



### LES SYNBIOTIQUES SYNERGIQUES

Mélange d'un substrat utilisé de façon sélective et d'un micro-organisme vivant choisi pour sa capacité à conférer un bénéfice pour la santé. Les composants choisis pour un synbiotique synergique agissent ensemble pour conférer un ou plusieurs bénéfice(s) pour la santé.



Pour les probiotiques synergiques, le bénéfice pour la santé et l'utilisation sélective du substrat par le micro-organisme vivant co-administré doivent être démontrés dans la même étude.

Les effets bénéfiques pour la santé des synbiotiques complémentaires ou synergiques doivent être confirmés chez l'hôte ciblé.

Une étude doit démontrer à la fois l'utilisation sélective du substrat et un bénéfice pour la santé.

\* Dans cette définition, les "micro-organismes de l'hôte" sont les micro-organismes résidents ou externes (tels que les probiotiques), chacun pouvant être la cible du substrat contenu dans le synbiotique.

\*\* Cette définition implique que la sécurité pour l'usage intentionné a été établie.

"Symbiotique" n'est pas synonyme de synbiotique et n'est pas correct dans ce contexte.

Swanson, et al. Nat Rev Gastroenterol Hepatol (2020).  
<https://doi.org/10.1038/s41575-020-0344-2>