

The Yakult logo is displayed in a bold, red, sans-serif font.

Science for Health

YAKULT MEETS THE EXPERTS

Nutrizione e microbiota

UOC Centro Parkinson e Parkinsonismi

ASST Pini-CTO

Milano, 4 marzo 2026

Yakult: la storia dell'azienda



Una storia unica, per un prodotto unico

La Storia: la medicina preventiva del Dr. Shirota

All'inizio del XX secolo, nel periodo post-bellico, le scarse condizioni igienico-sanitarie, insieme alla malnutrizione diffusa nella popolazione nipponica, spinsero il giovane Minoru Shirota ad intraprendere gli studi di medicina presso l'Università di Kyoto, convinto che la professione medica non dovesse limitarsi esclusivamente alla cura dei pazienti, ma a studiare le malattie per promuovere un'efficace opera di prevenzione. È proprio con questo spirito pionieristico che nel 1930 riuscì a selezionare e coltivare in latte un fermento - poi chiamato *Lactocaseibacillus paracasei* Shirota (LcS) in suo onore - così resistente da sopravvivere alla barriera gastrica e giungere nell'intestino in una quantità minima sufficiente per ottenerne una temporanea colonizzazione, agendo come un probiotico*.

*Linee Guida su Probiotici e Prebiotici. Ministero della Salute, revisione giugno 2018.



Pioniere nell'ambito dei probiotici, all'avanguardia con intuizioni rivelatesi vincenti.

La matrice ideale, per facilitare la crescita e proliferazione di questo ceppo probiotico, risultò essere il latte: tale alimento rispondeva appieno alla volontà del Dr. Shirota di formulare un prodotto adatto a tutti**, dai bambini agli anziani. Iniziò così a distribuirlo a livello locale in bottigliette originariamente in vetro e lo chiamò Yakult, dal termine in lingua esperanto "jahurto", che significa yogurt. Un'ulteriore dimostrazione del desiderio del Dr. Shirota di allargare la platea dei consumatori oltre i confini giapponesi, in coerenza con la sua missione.

**Ad eccezione delle persone allergiche al latte vaccino e dei bambini che non assumono ancora una dieta diversificata.

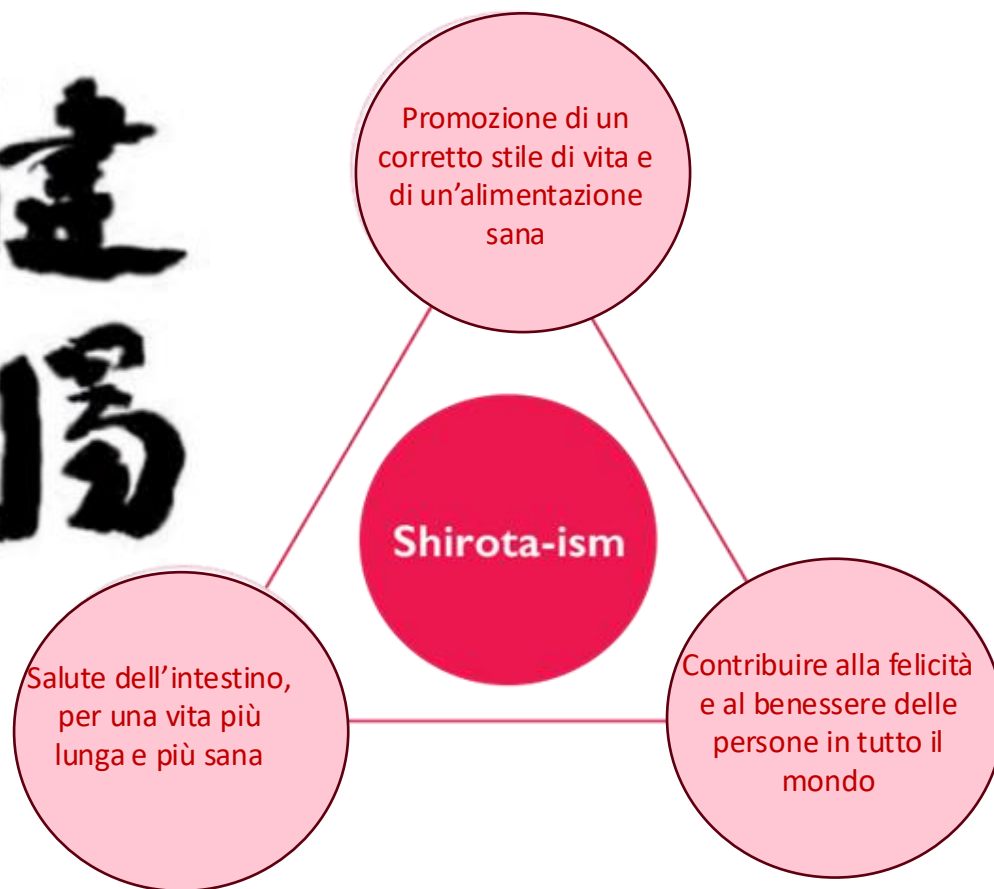
Yakult
Science for Health

I tre pilastri della filosofia di Yakult

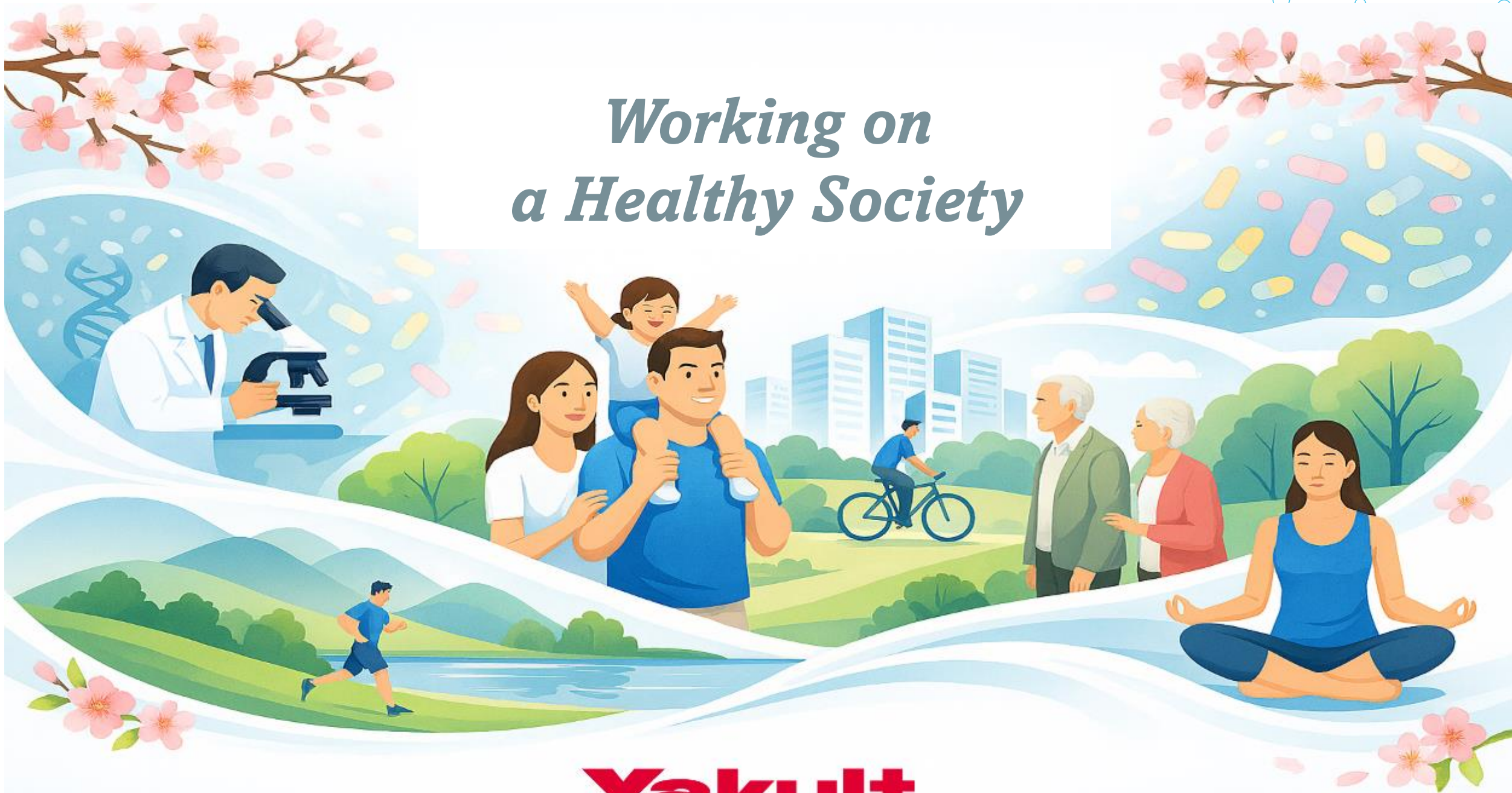


Un intestino sano per una
vita sana

Kencho choju



Working on a Healthy Society



Yakult

Materiale strettamente riservato. Non diffondere esternamente

La ricerca scientifica avanzata e il focus sui probiotici

I progetti di ricerca Yakult sono in continuo divenire e sviluppati con realtà scientifiche internazionali all'avanguardia, nei più svariati ambiti di studio.

Il prodotto Yakult nasce infatti con una **fortissima impronta scientifica** voluta già dal fondatore, il Dr. Shirota.

Il cuore dell'attività di Yakult: i due centri di Ricerca

Istituto Centrale di Ricerca Microbiologica a Kunitachi, Giappone: un polo d'eccellenza scientifica con avanzate attrezzature e laboratori, dove si conduce un'ampia gamma di studi, dalla ricerca di base, a quella applicata allo sviluppo di alimenti, cosmetici e farmaci.

Centro Europeo di Ricerca a Ghent, Belgio: un laboratorio che studia

Yakult, con i suoi circa 300 ricercatori, continua a studiare i benefici dei probiotici e le diverse funzioni del microbiota intestinale.

Oltre 300 sono le pubblicazioni relative a *Lactis casei* Shirota (LcS) su riviste accreditate e indicizzate su PubMed.



i meccanismi d'azione dei probiotici sul mantenimento della salute della popolazione in Europa, al fine di stabilire le basi per le ricerche future a livello globale.

Le tappe



1935

nasce Yakult

1964

*il Gruppo si espande
oltreconfine*

2007

*Yakult entra nel
mercato italiano*

1955

*viene fondata a Tokyo
Yakult Honsha Co. Ltd.,
Headquarter globale*

1994

*si avvia lo stabilimento produttivo
e l'Headquarter europeo, Yakult
Europe, ad Almere nei Paesi Bassi*

Yakult: le caratteristiche del prodotto



Valori nutrizionali

Yakult original	Valori nutrizionali medi per 100 ml	bottiglia (65 ml)
Valore energetico	280 kJ / 66 kcal	182 kJ / 43 kcal
Grassi di cui acidi grassi saturi	0 g 0 g	0 g 0 g
Carboidrati di cui zuccheri	15,4 g 13,6 g	10,0 g 8,8 g
Proteine	1,3 g	0,8 g
Sale	0,04 g	0,03 g



Yakult Balance	Valori nutrizionali medi per 100 ml	bottiglia (65 ml)
Valore energetico	171 kJ / 41 kcal	111 kJ / 27 kcal
Grassi di cui acidi grassi saturi	0 g 0 g	0 g 0 g
Carboidrati di cui zuccheri	13,4 g 4,3 g	8,7 g 2,8 g
Proteine	1,3 g	0,8 g
Sale	0,04 g	0,03 g
Vitamina D	2,3 µg (46%*)	1,5 µg (30%*)



Yakult Plus	Valori nutrizionali medi per 100 ml	bottiglia (65 ml)
Valore energetico	184 kJ / 44 kcal	1 21 kJ / 29 kcal
Grassi di cui acidi grassi saturi	0 g 0 g	0 g 0 g
Carboidrati di cui zuccheri	10,3 g 4,1 g	6,7 g 2,7 g
Fibre	3,6 g	2,3 g
Proteine	1,3 g	0,8 g
Sale	0,04 g	0,03 g
Vitamina C	37 mg (46%*)	24 mg (30%*)



Ingredienti:
acqua, **latte** scremato, sciroppo di glucosio-fruttosio, zucchero, maltodestrina, aromi, *L. casei* Shirota.
Yakult Original è SENZA GLUTINE.

Contiene 30,7 miliardi di *L. casei* Shirota (LcS) per 100 ml (20 miliardi per bottiglietta), se conservato in frigorifero.



Nell'ambito di una dieta varia ed equilibrata e di uno stile di vita sano, una bottiglietta di Yakult Balance al giorno fornisce il 30% dei valori nutritivi di riferimento di vitamina D.

Ingredienti:
acqua, **latte** scremato, edulcorante: maltitolo, sciroppo di glucosio-fruttosio, addensante: polidestrosio, aromi, edulcorante: glicosidi steviolici da Stevia**
vitamina D e *L. casei* Shirota.
Yakult Balance è SENZA GLUTINE.

*Dei valori nutritivi di riferimento
**Estratto dalle foglie della Stevia.

Contiene 30,7 miliardi di *L. casei* Shirota (LcS) per 100 ml (20 miliardi per bottiglietta), se conservato in frigorifero.



Nell'ambito di una dieta varia ed equilibrata e di uno stile di vita sano, una bottiglietta di Yakult Plus al giorno fornisce il 30% dei valori nutritivi di riferimento di vitamina C.

Ingredienti:
acqua, **latte** scremato, edulcorante: maltitolo, polidestrosio (fibre alimentari), sciroppo di glucosio-fruttosio, aromi, vitamina C, edulcorante: glicosidi steviolici da Stevia**, *L. casei* Shirota.

Yakult Plus è SENZA GLUTINE.

*Dei valori nutritivi di riferimento
**Estratto dalle foglie della Stevia.

Contiene 30,7 miliardi di *L. casei* Shirota (LcS) per 100 ml (20 miliardi per bottiglietta), se conservato in frigorifero.

Yakult
Science for Health

LcS: alcuni principali studi clinici



LcS e stipsi nella malattia di Parkinson

STUDIO: Use of probiotics for the treatment of constipation in Parkinson's disease patients Cassani, Privitera, Pezzoli, Pusani, Madio, Iorio, Barichella. Minerva Gastroenterol Dietol 2011;57:117-21



DISEGNO DELLO STUDIO



40 pazienti

stipsi secondo i criteri di Roma III



5 settimane

1 bottiglietta al giorno (6,5 miliardi di LcS)

Materiali e Metodi

Numero pazienti	40
Genere	4 F / 36 M
BMI (kg/m ²)	27.2 ± 4.02
Età media	71.9 ± 6.9
Durata della malattia (anni)	9.75 ± 6.3
Dosaggio medio di levodopa (mg/die)	550 ± 224

1 W

5W

Terapia
dietetica

Terapia dietetica + Yakult



LcS e stipsi nella malattia di Parkinson

STUDIO: Use of probiotics for the treatment of constipation in Parkinson’s disease patients Cassani, Privitera, Pezzoli, Pusani, Madio, Iorio, Barichella. Minerva Gastroenterol Dietol 2011;57:117-21

✓ RISULTATI

Variables recorded (mean ± SD)	Week 1 (run in period, no probiotic intake)	Week 6 (5 weeks of daily probiotic intake)	P value
Normal stool consistency	1.28±1.41	3.96±2.02	P<0.01
Bloating	2.25±2.28	0.31±0.82	P<0.01
Abdominal pain	0.9±1.27	0.1±0.31	P<0.01
Sensation of incomplete emptying	3.45±2.06	0.85±1.03	P<0.01
Number of bowel movements	4.75±2.59	4.93±1.85	Ns
Days without any bowel movements	2.85±1.64	2.13±1.71	Ns

Changes in the variables recorded in the daily diaries. The mean of the data collected during the first week (only dietetic therapy) was compared with the mean of the data collected in the last week (patients in dietetic therapy and regularly taking the fermented milk daily for 5 weeks). Means±standard deviation are provided. NS means not significant.

LcS e asse intestino-cervello



STUDIO: Fermented milk containing *Lactobacillus casei* strain Shirota prevents the onset of physical symptoms in medical students under academic examination stress
Kato-Kataoka et al. Appl Environ Microbiol 2016. 82:3649 –3658



DISEGNO DELLO STUDIO



49 studenti/esse di medicina (esame universitario)



Studio randomizzato in doppio cieco, controllato con placebo

2 gruppi: Yakult vs placebo



8 settimane prima

1 bottiglietta al giorno (100 miliardi LcS)

Materiali e Metodi

Questionari:

- Disturbo intestinale;
- Parametri psicologici;
- Stile di vita e stato di salute generale;
- Abitudini alimentari pre-intervento;
- «Cosa pensi di aver ricevuto, il probiotico o il placebo?»

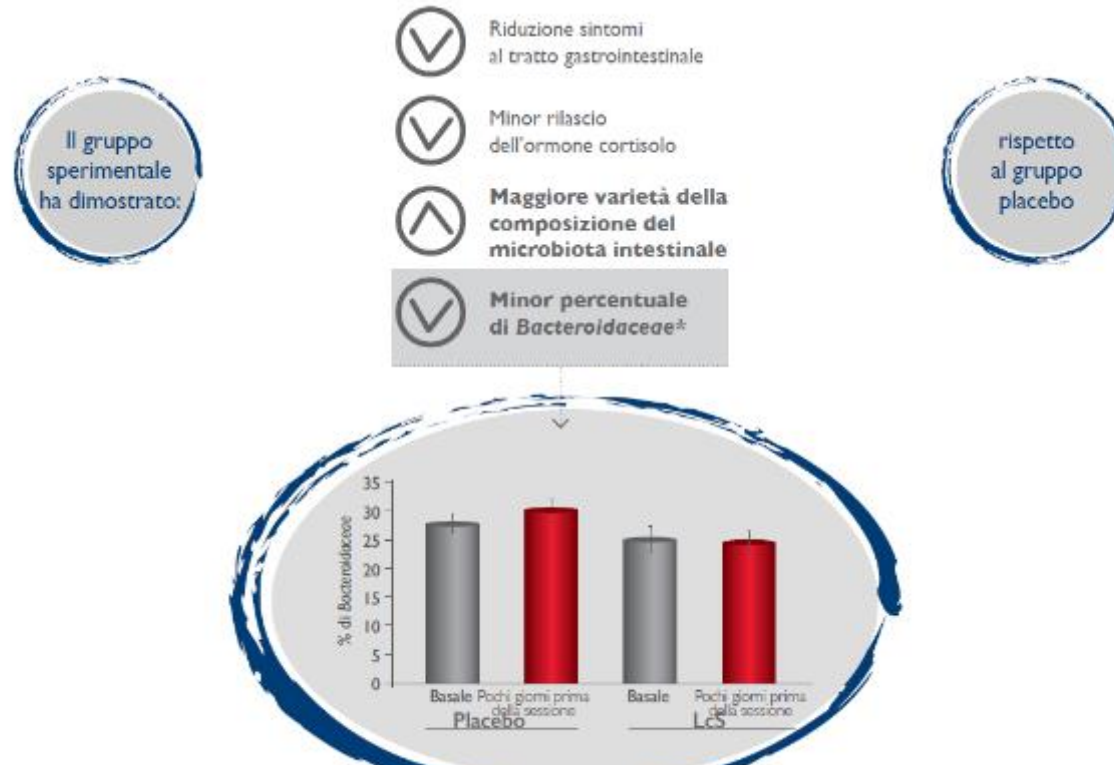
Test:

- Scala di valutazione dei sintomi gastrointestinali GSRS;
- Cortisolo salivare e alfa-amilasi;
- Cellule NK nel sangue;
- DNA microarray;
- N° di LcS vitali nelle feci;
- Sequenziamento mirato del gene rRNA 16S del microbiota intestinale.

LcS e asse intestino-cervello

STUDIO: Fermented milk containing *Lactobacillus casei* strain Shirota prevents the onset of physical symptoms in medical students under academic examination stress
Kato-Kataoka et al. Appl Environ Microbiol 2016. 82:3649–3658

✓ RISULTATI



*Alcuni studi hanno riportato che il microbiota intestinale di pazienti con depressione contenga una elevata percentuale di *Bacteroidaceae* (Naseribafrouei A. et al., 2014. Correlation between the human fecal microbiota and depression. Neurogastroenterol Motil 26:1155–1162)

Il consumo quotidiano di Yakult ha preservato la diversità del microbiota intestinale e può alleviare i sintomi associati allo stress a livello psicologico, fisiologico e fisico. Ulteriori studi sarebbero utili per la conferma del dato.

Seguiteci qui



www.scienceforhealth.it



[Yakult Italia](#)