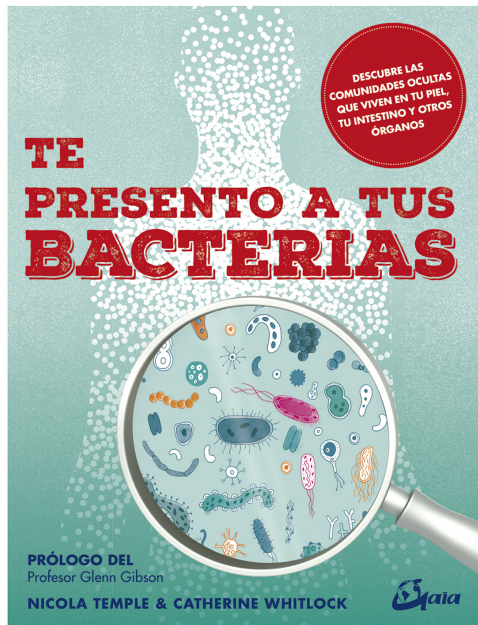


## Te presento a tus bacterias



Descubre las comunidades ocultas que viven en tu piel, tu intestino y otros órganos

Temple, Nicola; Whitlock, Catherine

Editorial: Gaia Ediciones

ISBN: 9788484457664

Páginas: 192

Dimensiones: 19 x 23,5 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 18,00 €

Coleccion: Salud natural

### SINOPSIS

#### Saluda a los billones de microorganismos a los que sirves de huésped

¿Sabías que tu cuerpo es un hábitat?

Tu cuerpo alberga un completo ecosistema de microorganismos que interactúan entre sí para formar tu microbiota personal, tu conjunto exclusivo de bacterias.

*Te presento a tus bacterias* es una guía completa y accesible con la que conocerás:

- \* Los tipos de bacterias que viven en tu piel, ojos, boca, pulmones, aparato urogenital, intestino, etc.
- \* Las funciones que ellas desempeñan en el organismo.
- \* Consejos prácticos para favorecer a las bacterias beneficiosas y disuadir a las dañinas.
- \* Las últimas tendencias en el concepto de entornos «limpios» y el vínculo entre las bacterias y las enfermedades.
- \* Los factores que perjudican al intestino.
- \* Las investigaciones más recientes, incluyendo el trasplante de heces.
- \* La diferencia entre prebióticos y probióticos y sus beneficios para la salud.
- \* Y mucho más...