

EL MICROBIOMA: QUÉ ES Y POR QUÉ ES IMPORTANTE

SU ACTIVIDAD DE BIENESTAR

APOYE SU MICROBIOMA

Para apoyar su microbioma, incluya una fuente de prebióticos o probióticos en su menú de esta semana

¿QUÉ ES EL MICROBIOMA?

Nuestros cuerpos contienen aproximadamente 100 billones de microorganismos . Eso es 10 veces más que la cantidad de células del cuerpo humano. Con un peso de hasta cinco libras según algunas estimaciones, estos microbios desempeñan un papel en la función inmunológica , el metabolismo y la regulación del peso.

¿POR QUÉ ES IMPORTANTE?

Se cree que la composición de su microbioma determina , y a veces, incluso predice sus riesgos para la salud. Esto ha llevado a algunos expertos a creer que las bacterias de nuestro intestino están involucradas en el metabolismo y la regulación del apetito.

Proporcionado por
navigate


Gallagher

Insurance | Risk Management | Consulting

Este boletín informativo/póster se suministra para fines informativos generales únicamente y no debe considerarse como asesoramiento médico, diagnóstico ni recomendaciones de tratamiento.