



**Mi Universidad**

**Super nota**

*Nombre del Alumno: Jesús Alexander Arismendi López*

*Nombre del tema: Microbiota intestinal*

*Parcial: 2do*

*Nombre de la Materia: Microbiología y parasitología*

*Nombre del profesor: Beatriz López López*

*Nombre de la Licenciatura: Lic. En enfermería*

*Cuatrimestre: 2do Cuatrimestre*

# MICROBIOTA INTESTINAL

## Definición de la microbiota

Los científicos definen la microbiota como “el conjunto de los microorganismos (todas las bacterias, arqueas, eucariotas y virus) presentes en un entorno definido”. Como la microbiota varía según su entorno, a la microbiota situada en el tracto intestinal, por ejemplo, se la denominará microbiota intestinal



## La composición de cada microbiota intestinal es única y varía en función de:



- factores sobre los que podemos actuar:
  - los modos de alimentación (leche materna, fórmulas infantiles e introducción de alimentos sólidos);
  - los fármacos (antibióticos, antiácidos, antidiabéticos...);
  - los hábitos alimentarios y las maneras de cocinar;
  - nuestro entorno y nuestro modo de vida (medio rural frente a urbano; actividad física);
  - el aumento de peso.

- factores sobre los que no podemos actuar directamente:
  - la genética;
  - el componente anatómico del tracto intestinal (por ejemplo, la diversidad microbiana del intestino es mayor que la del intestino delgado);
  - la edad gestacional (parto prematuro frente a parto a término);
  - el modo de nacimiento (parto vaginal frente a cesárea);
  - la edad.



## Las funciones de la microbiota intestinal son múltiples:



### La nutrición:

- Permite la digestión de ciertos alimentos (como las fibras alimentarias) que el hombre no puede digerir.
- Cuando la microbiota intestinal descompone las fibras alimentarias, produce moléculas importantes cuyos beneficios van más allá del intestino.
- Facilita la absorción de minerales
- Sintetiza ciertas vitaminas esenciales vitamina K y folate [B9] y aminoácidos

### La defensa:

- Nos defiende contra los microorganismos nocivos.
- Enseña al sistema inmunitario a distinguir entre amigos y enemigos.
- Degrada las toxinas.
- El comportamiento:
  - Puede influir en el estado de ánimo y el comportamiento.
  - Teniendo en cuenta sus importantes funciones, los investigadores lo consideran en la actualidad como todo un «órgano».

