



MEDICINA HUMANA

Nombre del alumno: Alondra Yuliana González Gordillo

Docente: Q.F.B Hugo Najera Mijangos

Nombre del trabajo: Ensayo de Microbioma

Materia: Microbiología y Parasitología

Grado: 2

PASIÓN POR EDUCAR

Grupo: "A"

Comitán de Domínguez Chiapas a 7 de septiembre de 2023.

MICROBIOMA NORMAL

Es importante empezar a hablar acerca de la flora microbiana este va a ser el conjunto de microorganismos que se van a localizar de manera normal en distintos sitios del cuerpo por humanos. Particularmente, el equilibrio entre las comunidades microbianas que conforman la microbiota por ejemplo del tracto gastrointestinal y de la vagina es de vital importancia para la salud del ser humano. De hecho hay pocos parámetros inmunológicos que no están profundamente afectados por la presencia y naturaleza de la micro flora normal de nuestro cuerpo. También por ejemplo para mantener este conjuntos de microorganismos en homeostasis es de vital importancia restaurar la flora bacteriana normal, un ejemplo de ello sería con el uso de probióticos ha sido una alternativa cada vez más empleada al tratar de utilizar las funciones de la micro flora normal con fines saludables, terapéuticos y/o nutricionales. En el presente trabajo se presenta una revisión sobre las características de la flora bacteriana, haciendo énfasis en la importancia de la microbiota del intestino y de nuestro cuerpo generalmente, y sobre el uso de probióticos para regular y restablecer la florabacteriana de dichos sitios anatómicos específicos del mismo individuo. La flora microbioma normal o también llamada microbiota se refiere a los diferentes microorganismos que van a habitar tanto en las superficies externas como internas, de nosotros los seres humanos, estando sanos. Este ecosistema microbiano va a estar conformado por una gran multitud de bacterias, hongos, protozoarios y otros microbios que van a constituir nuestra flora normal. Es importante tener en cuenta que estos se van a localizar en sitios específicos como lo mencionaba antes, por ejemplo, en orofaringe, tracto gastrointestinal, y genitourinario entre otros.

Principalmente el desarrollo de una flora normal en los seres vivos es de una gran importancia para nuestra sobrevivencia, ya que estos microorganismos van a desarrollar un papel muy importante para la prevención de enfermedades, por ejemplo para la resistencia a una posible infección de microorganismos patógenos que van a intentar colonizar, ya sea completamente nuestro cuerpo o alguna zona en específico. Que contrariamente a que si se provoca o en dado caso se llegase a eliminar este conjunto de microorganismos de nuestra flora normal, se pondría en evidencia la vulnerabilidad de nuestras defensas, y estaríamos más aptos para contraer una infección. Una pieza clave de la flora bacteriana, son los lactobacilos, algunas de estas especies tienen la capacidad para producir ácido láctico que va a ser responsable de equilibrar el PH por ejemplo de la vagina en el cual va a inhibir el crecimiento de microorganismos patógenos que lleguen a

invadir esa zona, así que por ello la producción de los lactobacilos se considera como un mecanismo eficiente contra las infecciones vaginales.

Por consiguiente también acá va a entrar un concepto importante que son los probióticos, que son microorganismos vivos no patógenos, que estos son administrados en cantidades adecuadas, siendo favorecedores para que obtengamos un beneficio en nuestra salud. Sabiendo esto la idea de aumentar nuestras defensas microbianas, usando microorganismos vivos no patógenos, tiene consecuencias tan buenas tanto para la vagina como el intestino. Algunos de los beneficios que encontré acerca del consumo de probióticos son: **(adherencia a las células; eliminación o disminución de adherencia de patógenos; capacidad para formar una flora normal equilibrada; producción de ácidos, peróxido de hidrógeno y bacteriocinas que son antagonistas del crecimiento de patógenos)**. Son múltiples, millones y millones de microorganismos los cuales estamos conformados, viendo lo anterior hay que realzar que los beneficios son verdaderamente vitales. Por último para ir concluyendo este tema, comentar que el uso de los probióticos respecto al cuidado y mantenimiento de la flora normal, es indispensable y fundamental, tanto que cada vez más se está consumiendo más, y esperando que así sea siempre. Aun así me gustaría agregar que no siempre se podrá mantener una flora adecuada o la más sana, en el momento menos inesperado puede que nos encontremos con que nos agarró una infección, o estamos a una alta susceptibilidad a contraerla, para ello habrá que entender y estudiar cómo funciona los mecanismos de infección y los factores para mantener nuestra salud, esto con la ayuda de resolver los problemas diagnósticos a las frecuencias que tienen estas infecciones recurrentes, así como también al surgimiento de las bacterias que van a ser multirresistentes a fármacos y pues sus efectos de estos. Por lo tanto el concepto de la flora como un rol protector, es importante para la investigación y aplicación de las bacterias benéficas que mencione anteriormente (probióticos) para nuestro cuidado de nuestra salud, dejando en claro que no serán algo que mágicamente nos evitara que nos enfermemos de todas las enfermedades, y seremos como inmunes a todos los agentes patógenos que se nos quieran acercarse, sin embargo y sin duda alguna, nos es válido para darle mantenimiento a nuestra salud, manejándolo como un balance y generando así un equilibrio tanto internamente como externamente a lo que nos rodea, por eso es importante tener esa homeostasis en todos los sentidos y zonas específicas de nuestro cuerpo, recordando todo lo anterior espero y se haya dado a entender mi manejo acerca

de este tema, que sin duda alguna fue de suma importancia hablar de ello y aprendí la gran importancia que este llamado Microbioma tiene en cada uno de nosotros.

BIBLIOGRAFIA

Vista de flora normal, probióticos y salud humana | Acta universitaria. (s. f.).

<https://www.actauniversitaria.ugto.mx/index.php/acta/article/view/212/190>