

ADÉNTRATE EN EL MUNDO INFINITESIMAL
Y OCULTO DE LOS MINÚSCULOS SERES VIVOS
QUE TE HABITAN Y RIGEN TU SALUD.

MICROBIOTA

Los MICROBIOS de tu ORGANISMO



IGNACIO LÓPEZ-GOÑI

«Desde el mismo instante en el que nacemos somos colonizados por millones de virus, bacterias y hongos, que permanecerán con nosotros hasta el final de nuestros días. Somos superorganismos y tenemos tantos microbios en nuestro cuerpo como células humanas...»

books4pocket

Microbiota. Los microbios de tu organismo

Probablemente todo lo relacionado con los microbios te suene a suciedad, a enfermedades y a infecciones; y es cierto —algunos microorganismos causan enfermedades incluso mortales—, pero la inmensa mayoría de los microbios son muy beneficiosos, cuando no imprescindibles, para nosotros.

Están por todas partes y por ellos es posible la vida en el planeta. También están dentro de nosotros. La microbiota es esa comunidad de microorganismos buenos que viven en nuestro cuerpo, gracias a los cuales podemos incluso disfrutar de una salud de hierro. Desde el mismo instante en el que nacemos somos colonizados por millones de virus, bacterias y hongos, que permanecerán con nosotros hasta el final de nuestros días. Y desde que el hombre es hombre, conviven en nuestro cuerpo: hemos coevolucionado con ellos. Los compartimos con nuestra familia y nuestros amigos, pero son parte de nuestra identidad: los microbios que tú tienes son distintos de los de otra persona.

Existe una comunicación entre nuestros microbios y nuestro cuerpo, con el metabolismo y el cerebro, por ejemplo. Gracias a ellos se activan nuestras defensas y mantienen a raya a otros microorganismos patógenos, evitando que nos colonicen y que nos provoquen enfermedades. Nos ayudan a hacer la digestión y nos proporcionan algunas vitaminas y otros compuestos que nosotros no podemos sintetizar, y que son fundamentales para nuestra vida. Una buena microbiota es sinónimo de una buena salud. Tenemos que cuidarla, porque cuando la maltratamos nuestra salud se resquebraja. Hay muchos ejemplos que relacionan la microbiota con la enfermedad: desde alergias, diabetes, obesidad y enfermedades autoinmunes, hasta alzhéimer, párkinson, autismo, e incluso cáncer.

Este libro desvela —de forma amena y rigurosa—, un mundo sorprendente, microscópico e infinitesimal, el mundo de los seres que te habitan y rigen tu salud.

» Ignacio López-Goñi

DIVULGACIÓN • Ensayo y divulgación (Bolsillo) • Books4Pocket

es doctor en Biología y catedrático de Microbiología de la Universidad de Navarra, donde imparte docencia de las asignaturas de Microbiología general y de Virología en los grados de Biología, Bioquímica y Farmacia. Su investigación se ha centrado en el estudio de la virulencia bacteriana, el desarrollo de nuevas vacunas y métodos de diagnóstico de enfermedades infecciosas. Compagina sus tareas docentes e investigadores con la divulgación científica a través de «microBIO», una plataforma de divulgación científica de noticias y curiosidades sobre virus, bacterias y otros temas relacionados con la microbiología y la ciencia en general. Además, colabora con Investigación y Ciencia, con el blog El rincón de Pasteur y con Naukas. Es miembro de la Sociedad Española de Microbiología (Grupo de Docencia y Difusión de la Microbiología) y de la American Society for Microbiology. Es autor de las obras Virus y pandemias y ¿Funcionan las vacunas?, en 2017 recibió el Premio ASEBIO de Comunicación y Divulgación de la Biotecnología, en la categoría «prensa digital y nuevos medios». @microBIOblog



IBIC: PDX; PDZ; PSG
978-84-16622-53-5
336 páginas
Rústica
12.5 x 19 x 1.9 cm · 235 g
PVP: 9.95 €