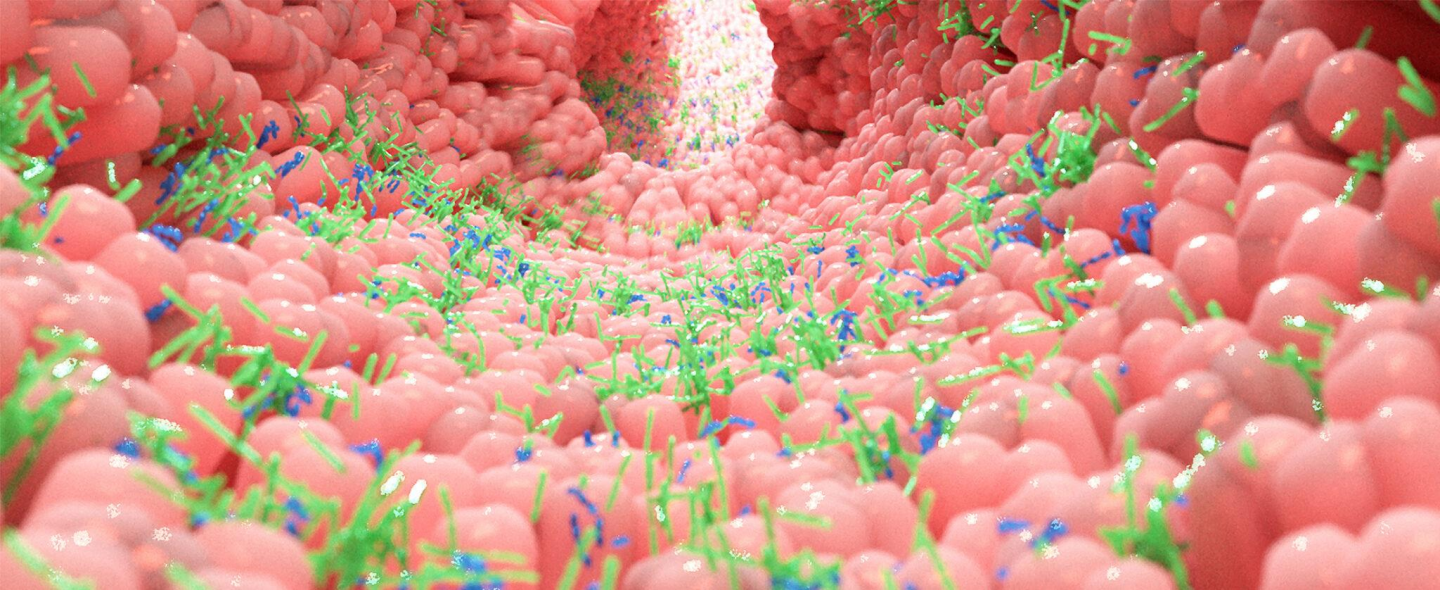


La flora intestinal o microbiota, son las **bacterias buenas** que se encuentran en el intestino.

Funciones de la Flora Intestinal:

- Defiende al organismo frente a bacterias, virus o enfermedades gastrointestinales.
- Asegura el correcto funcionamiento de nuestro sistema digestivo (metabolismo y excreción).
- Colabora en la producción de vitaminas y la correcta absorción de minerales.
- Previene la colitis.
- Mejoran la respuesta inmunitaria.
- Tienen papel preventivo en algunos tipos de intolerancias alimentarias.
- Coadyuvan en la prevención de algunos tipos de cánceres digestivo-intestinal.



Síntomas de una mala flora intestinal:

- Digestiones pesadas o con dolor.
- Diarrea de forma regular.
- Hinchazón abdominal.
- Eructos.
- Estreñimiento.
- Heces con olor muy desagradable.
- Cólicos intestinales.
- Infecciones gastrointestinales varias veces al año.
- Baja energía o agotamiento.
- Posibilidad de carencia de minerales (anemia).

TRATAMIENTO NATURAL PARA LA FLORA INTESTINAL:

- Probióticos, inulina de agave, carbón activado y papaína.
- Clorofila con hierbabuena y menta.
- Pulpa de Aloe Vera.

Pregunta para mayores informes acerca de estas alternativas en el 3338 800 820 y en el WhatsApp 3316051249

Fuentes:

https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112007000500003

<https://www.elsevier.es/es-revista-gastroenterologia-hepatologia-14-articulo-la-flora-bacteriana-del-tracto-13043240>

https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1130-01082018000100009

https://www.researchgate.net/publication/309168559_Analisis_sinomedico_de_la_microbiota_intestinal