

## DESDE TU INTESTINO

Rob Knight

**Siguiendo la estela de *La digestión es la cuestión*, este libro TED nos informa sobre los avances en la investigación del intestino.**

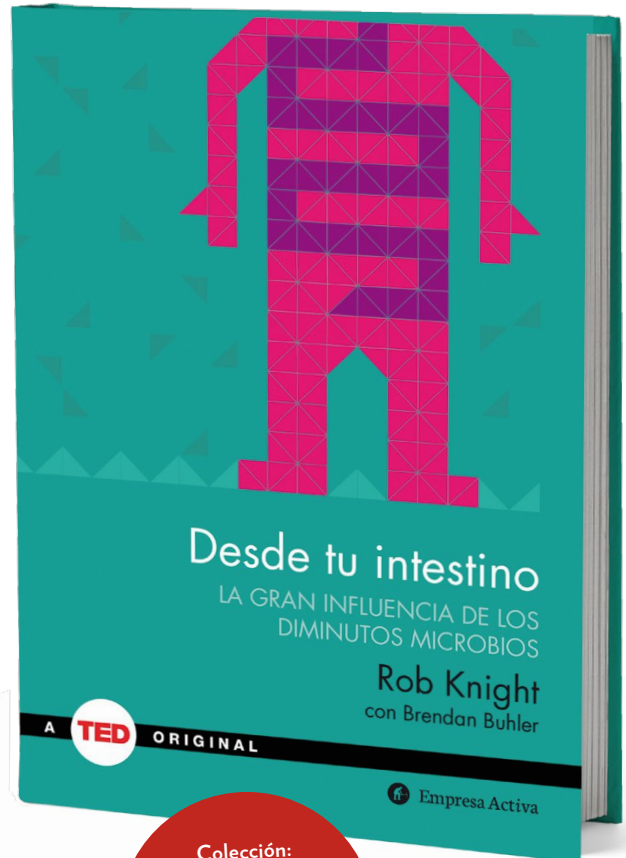
¿Cuántos microbios hay en nuestro cuerpo?

El cuerpo está formado por aproximadamente 10 billones de células humanas, pero hay unos 100 billones de células microbianas dentro de nuestro organismo. Las últimas investigaciones han puesto de manifiesto que los microbios forman parte esencial de nuestras vidas y que en buena medida definen lo que significa ser humanos.

En esta apasionante introducción al mundo de la microbiota intestinal, su autor **Rob Knight**, muestra cómo afecta nuestra vida cotidiana la buena o mala vida de los microbios con los que compartimos existencia. Además sugiere una serie de acciones y cuidados que podemos adoptar para conservar mejor nuestra salud y vivir plenamente.

A lo largo de sus páginas descubriremos que determinadas enfermedades como el asma, las alergias, el acné e incluso la obesidad pueden ser causadas por los microbios que viven dentro de nuestro intestino y que, por lo tanto, pueden ser curadas si entendemos cómo funcionan los microbios. También está en estudio la importancia del sistema nervioso intestinal y su relación directa con las neuronas cerebrales, lo que permite dar una base científica a ciertas reacciones corporales ante decisiones que se deben adoptar.

La velocidad a la que avanza la microbiología es tan asombrosa como los descubrimientos que se están realizando. En pocos años los microbios no tardarán en explicar todo tipo de cuestiones relacionadas con la salud y la enfermedad que hasta la fecha han sido todo un misterio. Revelaciones que prometen remodelar y hacer más profunda la comprensión de las formas básicas que actúan en nuestros cuerpos e incluso en nuestras mentes.



Colección:  
TED books

P.V.P.: 10€  
128 páginas

Lanzamiento:  
marzo de 2016

### Rob Knight

Es director de la Iniciativa del Microbioma de la Universidad de California, San Diego y cofundador del *American Gut Project* (Proyecto americano del intestino) y del *Earth Microbiome Project* (Proyecto del microbioma de la Tierra).

Puedes ver su conferencia TED sobre el tema aquí:

[https://www.ted.com/talks/rob\\_knight\\_how\\_our\\_microbes\\_make\\_us\\_who\\_we\\_are?language=es#t-132816](https://www.ted.com/talks/rob_knight_how_our_microbes_make_us_who_we_are?language=es#t-132816)

“ *Los microbios realizan una amplia gama de funciones. Nos ayudan a digerir los alimentos, a educar el sistema inmunológico, a resistir enfermedades y hasta pueden afectar nuestro comportamiento.* ”

Rob Knight.