



# BILLONES DE ORGANISMOS UNICELULARES QUE CONTROLAN NUESTRAS VIDAS: LA MICROBIOTA INTESTINAL

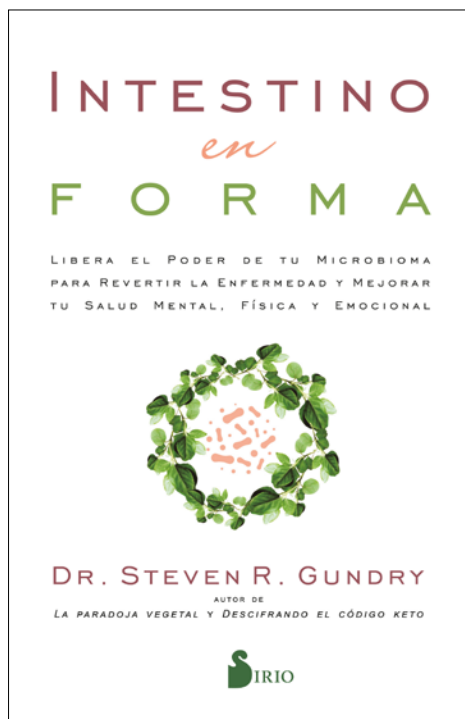


## El autor

El doctor **Steven R. Gundry** es el director del International Heart and Lung Institute en California y el fundador y director de los Centers for Restorative Medicine. Después de una destacada carrera quirúrgica como profesor de Cirugía y Pediatría y presidente de Cirugía Torácica en la facultad de Medicina de la Universidad de Loma Linda, el Dr. Gundry pasó a centrarse en la cura de enfermedades modernas a través de cambios alimentarios y el consumo de suplementos. Es autor de *Descifrando el código Keto* (Editorial Sirio) y de varios superventas como *La paradoja vegetal*. Además, ha publicado más de 300 artículos en revistas revisadas por pares sobre cómo la alimentación y los suplementos pueden acabar con las enfermedades cardíacas, la diabetes, las enfermedades autoinmunes, la permeabilidad intestinal aumentada y muchas otras afecciones.

## Sinopsis

Aunque parezca increíble, estamos a merced de cientos de billones de organismos unicelulares que ejercen un control sobre cada aspecto del funcionamiento de nuestra mente y nuestro cuerpo. Se trata de las diversas especies de microbios que viven en el intestino, la boca y piel, que trabajan sinérgicamente para comunicarse entre sí y con cada sistema de nuestro cuerpo. Eres el hogar de tu microbiota, y quiere cuidar de ti, pero primero debes protegerla. En *Intestino en forma*, el Dr. Steven Gundry revela la ciencia emergente que demuestra que Hipócrates tenía razón: todas las enfermedades comienzan en el intestino. Cuando nuestro microbioma está desequilibrado, ello tiene un impacto en nuestro sistema inmunitario, nuestros niveles hormonales, nuestra salud mental y nuestra longevidad; también en el riesgo que tenemos de sufrir enfermedades autoinmunes, cardíacas y neurodegenerativas, así como diabetes y cáncer. Sin embargo, no todo está perdido: las enfermedades también pueden curarse en el intestino si elegimos tratar bien a nuestros microbios. En esta obra, el Dr. Gundry nos enseña cómo hacerlo. *Intestino en forma* nos muestra el ecosistema increíblemente complejo e inteligente que controla nuestra salud y nos enseña cómo sanar el intestino con el fin de evitar y revertir la enfermedad.



Título: *Intestino en forma*  
Subtítulo: *Libera el poder de tu microbioma para revertir la enfermedad y mejorar tu salud mental, física y emocional*  
Autor: Dr. Steven R. Gundry  
P. sin IVA: 18,22 € PVP: 18,95 €  
Tamaño: 15 x 23 cm Nº págs: 392  
THEMA: VFDB BISAC: HEA017000  
Encuadernación: Rústica Categoría: A  
ISBN: 9788410335059

## CLAVES DE VENTA

- ✓ **PARA QUIÉN:** lectores de *La revolución de la glucosa*, *Adiós a la inflamación* y *La paradoja vegetal*.
- ✓ Los libros del Dr. Gundry siempre tienen un planteamiento **rompedor y desmitificador**.
- ✓ Estamos a merced de billones de organismos unicelulares que controlan nuestras vidas: la **microbiota intestinal**.
- ✓ La **inflamación intestinal** es causa de enfermedad física y emocional.
- ✓ Esta obra comparte **ciencia de vanguardia** y **nuevas investigaciones** impactantes.
- ✓ Incluye un **plan de alimentación** detallado, listas de alimentos, recetas, suplementos probióticos, prebióticos y posbióticos; y más.

## TAGS

INFLAMACIÓN // ALIMENTACIÓN // DIETA TRASTORNO ALIMENTARIO // ADELGAZAR INTESTINO // MICROBIOTA // PROBIÓTICO MACROBIOTA // COLON // AUTOINMUNE // SIBO INTESTINO PERMEABLE // SALUD // ACIDEZ



9 788410 335059

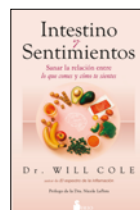
## Libros relacionados:



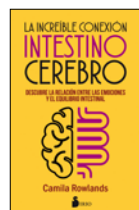
9 788418 631416



9 788419 105622



9 788419 665391



9 788416 579976