

La flore intestinale

LES BACTÉRIES

Le plus souvent, on associe les bactéries à des maladies infectieuses. Mais en réalité, une très faible partie de toutes les bactéries connues aujourd'hui génère une maladie. En fait, la plupart des bactéries sont même très utiles.

Notre tube digestif contient plusieurs centaines de milliards de bactéries. Pour vous donner une meilleure idée de leur quantité, elles représentent jusqu'à un kilogramme de notre poids corporel. Ces bactéries forment notre **flore intestinale**. Cette flore joue un rôle essentiel dans la digestion. Elle permet notamment de dégrader certains nutriments que notre corps ne peut pas digérer. C'est le cas des fibres alimentaires.

La densité de bactéries augmente progressivement de l'estomac au gros intestin. On atteint jusqu'à 1000 milliards de bactéries par gramme de matière fécale, ce qui veut dire que le nombre de bactéries dans notre tube digestif équivaut à environ dix fois le nombre total de cellules de notre corps !

Cette flore intestinale constitue un **écosystème unique**, composé de plusieurs centaines d'espèces. Il joue un rôle important dans la digestion, mais contribue aussi de manière essentielle à notre santé et à l'évolution de certaines maladies.

LA FLORE INTESTINALE DANS DIGESTIX



Dans DIGESTIX, la flore intestinale est le seul dispositif digestif qui a un impact sur les fibres alimentaires