

**Eba, un atajo hacia el  
bienestar**

Descubre tu salud  
desde dentro



La oportunidad  
al bienestar



**PRONACERA**

📍 Parque empresarial Arte Sacro  
Avenida de la ingeniería 9  
Local 34. 41015, Sevilla

☎ +34 955 441 743

✉ [info@pronacera.com](mailto:info@pronacera.com)



## Microbiota intestinal: Tu equilibrio interno

### ¿Dónde podemos encontrar nuestra microbiota?

A lo largo de la evolución, nuestro organismo ha creado hábitats específicos en distintas partes del cuerpo, albergando **una comunidad única de microorganismos** conocida como microbiota. Entre estos, encontramos microorganismos comensales, simbióticos y/o patógenos, **siendo la microbiota intestinal la que reside en el intestino.**

En nuestro cuerpo conviven aproximadamente entre 10 y 100 millones de microbios, una cantidad que supera en diez veces a las células humanas y representa entre el 1% y el 3% de la masa corporal total de un adulto. Debido a su riqueza en genes, superando en 100 veces al genoma humano, **el microbioma es apodado "nuestro 2º genoma"**. La mayor concentración se encuentra en el intestino, piel, cavidad oral y otras áreas del cuerpo.

#### Funciones

Enriquece nuestro organismo asimilando nutrientes y sintetizando moléculas esenciales.

#### Equilibrio/Salud

Mantiene una proporción adecuada de microorganismos para realizar sus funciones.

#### Importancia

Desempeña funciones metabólicas, protectoras y estructurales.

#### Desarrollo

Varía según la ubicación en el organismo y evoluciona a lo largo de toda la vida.

#### Evolución

Los cambios se ven influenciados por la alimentación y el estilo de vida.

#### Cuidado

Alimentación rica en fibra, prebióticos y probióticos, así como un estilo de vida saludable.

## Diferencias entre microbiota y microbioma: Conoce tu código interno

El microbioma es el ADN de tu microbiota, y su estudio innovador revela la diversidad de microorganismos que cohabitan en tu cuerpo. Este se estudia directamente mediante técnicas innovadoras permitiendo, de manera precisa, identificar la gran mayoría de microorganismos presentes en nuestra microbiota.

## Mitocondria y su relación con el microbioma: La conexión vital para tu bienestar



La mitocondria, un orgánulo celular presente en nuestras células, desempeña funciones vitales como la producción de energía, digestión de grasas y defensa antioxidante. Mantener su equilibrio es fundamental para prevenir la fatiga, el envejecimiento prematuro y otros problemas. La estrecha conexión entre la mitocondria y la microbiota es vital para el bienestar general. Un adecuado funcionamiento mitocondrial en las células intestinales contribuye al equilibrio y salud de la microbiota, manteniendo nuestra salud.

## Test Eba: La puerta hacia la salud personalizada

### Importancia de su realización para la prevención.

El Test Eba es la puerta de entrada a un conocimiento más profundo de tu salud. A través de muestras de sangre y heces, este test evalúa tus mitocondrias y microbioma, proporcionándote información vital para mejorar tu bienestar.

#### Test Eba

Analiza bacterias, hongos, arqueas y parásitos

#### Test Eba plus

Analiza bacterias, hongos, arqueas, parásitos y marcadores de actividad metabólica.

#### Test Eba active

Analiza el microbioma y la mitocondria.

### ¿Qué revela el Test Eba?

- **Mitocondrias y Microbioma:** Descubre el estado de tus mitocondrias y la salud de tu microbioma, elementos fundamentales para tu bienestar general.
- **Desbalances Detectados:** Identifica la presencia anómala de microorganismos, tanto beneficiosos como patógenos, brindándote una visión completa de tu salud interna.
- **Prevención de Problemas de Salud:** Advierte sobre desbalances que podrían desencadenar problemas en el sistema inmunológico, musculoesquelético, nervioso, y muchos otros.

### ¿Por qué el Test Eba es esencial para ti?

El desequilibrio en tu salud podría tener repercusiones graves, no solo a nivel intestinal, sino también en áreas como el sistema inmunológico, musculoesquelético o nervioso. El Test Eba es esencial para quienes buscan optimizar su salud a través de la medicina personalizada.

### ¿Cómo saber si tienes que realizarlo?

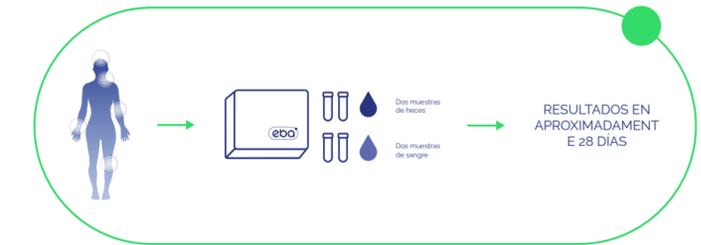
El Test Eba es especialmente útil si experimentas:

- Estrés
- Fatiga Crónica
- Lesiones Musculares recurrentes
- SIBO (Sobrecrecimiento Bacteriano en Intestino Delgado)
- Intolerancia a Azúcares
- Alergias Alimentarias
- Molestias Digestivas
- Estreñimiento
- Síndrome de Intestino Irritable

### Beneficios del Test Eba para ti

- **Mejora del Rendimiento Físico:** Personaliza tu enfoque para mejorar tu rendimiento físico de manera efectiva a través de la optimización de tus recursos energéticos basados en tu mitocondria y microbioma.
- **Tratamientos Personalizados:** Adaptación de tratamientos para problemas digestivos y musculoesqueléticos según tus necesidades nutricionales específicas.
- **Estrategias de Dieta y Suplementación:** Recibe recomendaciones personalizadas para ajustar tu dieta y suplementación en base a tus requerimientos específicos.

### ¿Cómo se realiza el test?



Descubre cómo el Test Eba puede guiarte hacia tu mejor versión.

¡Tu salud, tu elección!