

# Microbiomul - Partea I

## Seminar de limbi straine

### NATURHEILKUNDE



Termenul de microbiom a fost prima data propus in anul 1958 de Joshua Lederberg, laureat al Premiului Nobel, pentru a cuprinde toate microorganismele care traiesc in organismul nostru si il folosesc pentru a-si asigura mediul de viata, creand o relatie simbiotica.

Termine:

**Sa. 08.03.2025**

**So. 09.03.2025**

**Mo. 10.03.2025**

jew. 09:00-13:00 Uhr

Preis:

**225,- Euro \***



**Paracelsus  
Gesundheitsakademie  
Onlineunterricht**

Tel. 0261-95252-0

Seminarnummer:

**SSD111080325F**

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- Web: [www.paracelsus.de](http://www.paracelsus.de)
- per QR:



Microbiota este unica pentru fiecare individ in parte si joaca un rol decisiv in:

- mentinerea sanatatii organismului
- absorbtia vitaminelor si mineralelor
- stoparea invaziei cu bacterii patogene
- cresterea sistemului imunitar
- prevenirea inflamatiei intestinale
- procesele metabolice
- prevenirea alergiilor si bolilor autoimune
- cresterea randamentului fizic si intelectual
- incetinirea procesului de imbatranire si prelungirea telomerilor

Compozitia microbiomului intestinal poate fi influentata de nasterea prematura sau cezariana, alaptarea la san, nasterea inainte de termen, hrana si calitatea acesteia, folosirea de antibiotice. Multe studii de cercetare au aratat importanta mentinerii unui microbiom intestinal echilibrat (eubioza) si evitarea dezechilibrului intestinal (disbioza) prin modificarea compozitiei acesteia prin cresterea florei putrefactive ca punct declansator al proceselor inflamatorii intestinale.

Cuprins:

- 1) Ce este flora intestinala
- 2) Cele mai importante functii ale florei intestinale
- 3) Proiectul MetaHIT si genomul microbiotei
- 4) Microbiomul, nasterea naturala si cezariana
- 5) Eubioza si disbioza
- 6) Cauzele disbiozei
- 7) Urmarile unei florei intestinale perturbate
- 8) Functiile microbiotei intestinale
- 9) Prebiotice, probiotice si simbiotice
- 10) Recomandari practice

Daca aveti întrebări, va rugăm să trimiteți un e-mail Academiei de Sanatate Paracelsus din Passau: [passau@paracelsus.de](mailto:passau@paracelsus.de)

**Dozent/in Dr. Simona Bostan:** Jg. 1969, verheiratet, zwei Kinder. Jurastudium mit Abschluss. Ausbildung zur Heilpraktikerin, Fortbildung Iris-Diagnose Paracelsus Schule Passau, Ausbildung zur Ernährungsberaterin bei der Paracelsus Schule in Passau, Bachelor-Erziehung und spezielle Psychopädagogik, Bachelor-Psychologie, Master Sozialhilfe, Mikrobiom-Ausbildung, Doktorarbeit bei der West-Universität in Timisoara/Rumänien, ab 2008 freiberufliche Dozentin bei der Paracelsus Schule Passau, ab 2022 eigene Akademie für Ernährung, Prävention, Mikrobiom, Coaching u. Lebensstil.