

## **No te olvides de tomar yogur si estás tomando antibióticos.**

Última actualización: Sábado, 09 Enero 2021 12:12

Visto: 5834

---

Los especialistas destacan que el proceso de fermentación láctica resulta beneficioso para mantener la flora intestinal de las personas que toman antibióticos. “El antibiótico está destinado a matar unas determinadas bacterias que son las que están produciendo la infección, pero muchas veces no es selectivo y destruyen todas las bacterias, sin distinguir las bacterias que son beneficiosas para nuestra microflora intestinal de las bacterias que son patógenas y que nos causan la enfermedad.

Por este motivo, “al tomar los antibióticos favorecemos que se pierda la flora positiva y las defensas”, por tanto, al tomar yogur propiciamos que se mantenga la flora.

[#DivulgaciónFarmaciaporsusalud](#)