



Bacterias buenas refuerzan el cuerpo contra infecciones

Comer más fibra favorece el crecimiento de bacterias buenas y desplaza a las malas para reducir el riesgo de enfermedades. Así lo reveló un estudio de la U. de Cambridge. Según los investigadores, consumir probióticos reduce la probabilidad de infección por *Enterobacteriaceae*, el grupo de bacterias que incluye *Klebsiella pneumoniae*, *Shigella*, *E. coli* y otras semejantes.