

ARTICLE NAHIBU PROFESSIONNELS DE SANTE

Le microbiote intestinal

[Le microbiote intestinal](#), également appelé « flore intestinale » est un organe de près de 2kg qui se situe dans le tractus digestif (estomac et intestin). Il est constitué de plus de 10 000 milliards de micro-organismes (à savoir bactéries, virus, archées ou encore champignons).

Chaque microbiote intestinal est unique. Il se développe dès la naissance et devient relativement stable vers l'âge de 3 ans. En effet, la composition de la flore intestinale d'un nouveau-né est conditionnée par le mode d'accouchement et si l'allaitement est naturel ou bien artificiel.

Bien que la base bactérienne de la flore intestinale définie à la naissance reste globalement stable tout au long de la vie, le microbiote est influencé par de multiples facteurs et tend à évoluer au cours de la vie.

Cet écosystème est impacté par notre style de vie, l'environnement et la localisation géographique dans lequel nous évoluons, la pratique d'une activité sportive, la prise de traitements médicaux, l'anxiété, le stress, le sommeil et bien évidemment la diversification alimentaire. L'alimentation impacte la diversité du microbiote intestinal, qui est un indicateur clé de notre état de bien-être.

Qui est Nahibu ?






Le microbiote intestinal est propre à chaque individu et représente un levier important pour agir sur notre santé et notre bien-être au quotidien.

C'est en partant de ce constat que Nahibu a vu le jour.

[Nahibu](#) est une société rennaise de biotechnologie, fondée en 2019 et **spécialisée dans l'analyse du microbiote intestinal**. Cette solution s'adresse à tous et permet d'obtenir un **bilan complet de sa flore intestinale**, de dresser la liste des bactéries présentes, découvrir le rôle du microbiote sur les différentes fonctions de l'organisme (système immunitaire, digestion, sommeil, stress...) et de bénéficier de **conseils nutritionnels personnalisés** et adaptés au microbiote.

[Le test du microbiote intestinal](#) Nahibu s'appuie sur le prélèvement d'un échantillon de selles, à partir duquel est extrait puis séquencé l'ADN des bactéries présentes. Pour analyser le microbiote, Nahibu utilise la métagénomique shotgun, la technologie d'analyse la plus précise et la plus fiable à ce jour. Cette technique permet d'étudier l'ensemble des génomes microbiens intestinaux présents dans l'échantillon de selles, et d'obtenir une cartographie complète du microbiote intestinal.

Une fois votre analyse effectuée, Nahibu vous transmet vos résultats dans lesquels vous pouvez cibler les points forts et points faibles de votre microbiote intestinal. L'algorithme de nutrition personnalisée développé par Nahibu, vous permet de bénéficier de recommandations alimentaires adaptées à votre flore intestinale. Différentes souches probiotiques vous sont également conseillées afin d'améliorer le potentiel fonctionnel de votre microbiote intestinal.

	Avocat SuperFood	+ Apports en prébiotiques
	Baies rouges Bon	+ Système immunitaire
	Choux de Bruxelles A modérer	- Ballonnements et gaz
	Mais soufflé A éviter	- Qualité nutritionnelle des apports
	B. infantis Probiotique	+ Prédiposition aux allergies

Nahibu a développé cet outil de prévention et d'accompagnement personnalisé pour vous permettre de reprendre le contrôle sur votre bien-être intestinal.

Nahibu et les professionnels de santé

Dans l'optique de démocratiser l'analyse du microbiote intestinal, Nahibu a décidé de s'unir aux côtés des professionnels de la santé et du bien-être. Nutritionnistes, diététiciens, naturopathes ou encore ostéopathes, peuvent désormais devenir ambassadeurs Nahibu pour se former au microbiote intestinal ainsi qu'à la lecture et l'interprétation des résultats d'analyse des patients.

Après avoir effectué votre analyse du microbiote intestinal, vous pouvez consulter l'un de ces praticiens pour qu'ils vous aiguillent dans l'interprétation de vos résultats. Que vous analysiez votre microbiote intestinal pour des troubles digestifs, une volonté de perdre du poids, une baisse de moral ou encore pour accroître vos performances physiques, votre praticien aura les clés pour comprendre le fonctionnement de votre flore intestinale et vous accompagner dans la quête de votre bien-être.

En tant que praticien, proposer le test du microbiote intestinal à ses patients permet de bénéficier d'une solution d'analyse complète et précise d'aide au diagnostic, ainsi que de sensibiliser vos patients sur l'importance et la richesse du microbiote.