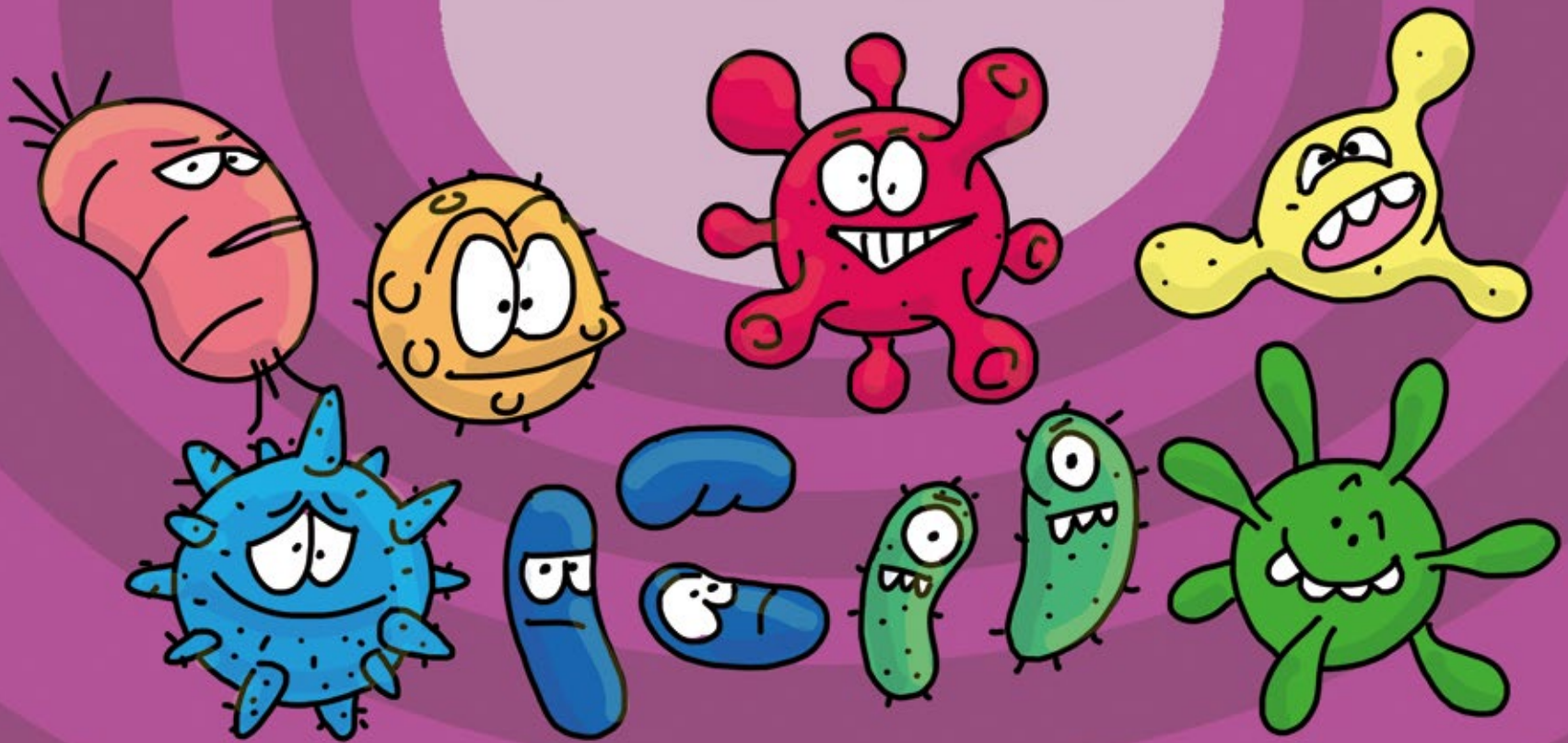


# Familia Yakult

Publicación exclusiva para clientes suscriptores de Yakult / Año XXXI / No. 369 / Distribución Gratuita

## Nuestra microbiota

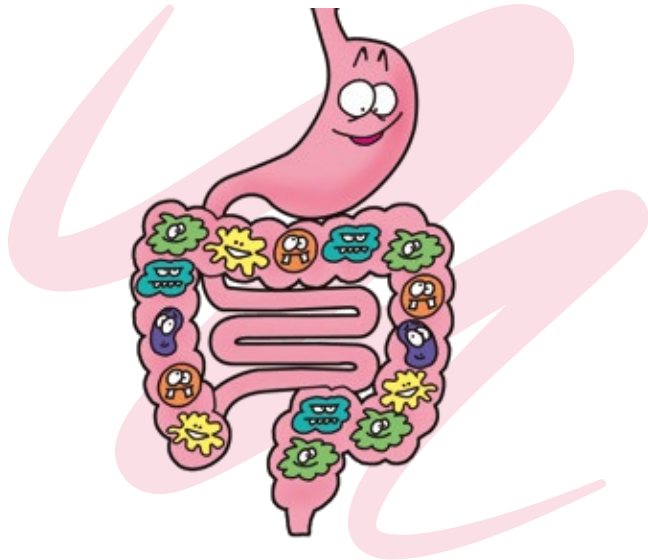


En el cuerpo humano habitan miles de millones de microorganismos, los cuales conforman la microbiota. Sin embargo, dichos seres están lejos de ser únicamente huéspedes inactivos, ya que gradualmente comienza a esclarecerse la importancia que tienen, no solo en la enfermedad, sino también en el mantenimiento de la salud. Lo invitamos a conocer más sobre este tema en su revista **Familia Yakult**.

Atentamente / Comité Editorial

# La microbiota

Los microorganismos están presentes en prácticamente todas partes, desde el suelo, el agua y el aire, incluso en nuestros cuerpos, pero contrario a lo que se cree con frecuencia, la mayoría de estos no producen ningún mal, sino que desempeñan un papel importante en el mantenimiento de la salud.



## Definición

Aunque no existe consenso sobre una definición para “microbiota”, tomaremos la presentada por la Sociedad Europea de Neurogastroenterología y Motilidad, a través de su portal de difusión “Gut Microbiota for Health”:

“La microbiota es el conjunto de los microorganismos (bacterias, arqueas, eucariotas y virus), presentes en un entorno definido”.

Por ejemplo, dicho entorno puede ser la piel, por lo que se denomina “microbiota cutánea”, en tanto que a los microorganismos que habitan los intestinos se les conoce como “microbiota intestinal”.

De hecho, la mayor cantidad de microorganismos presentes en el cuerpo habita precisamente dentro de los intestinos, motivo por el cual es probablemente la que cobra mayor relevancia, sin embargo, este tema lo retomaremos en las siguientes páginas.

## El superorganismo

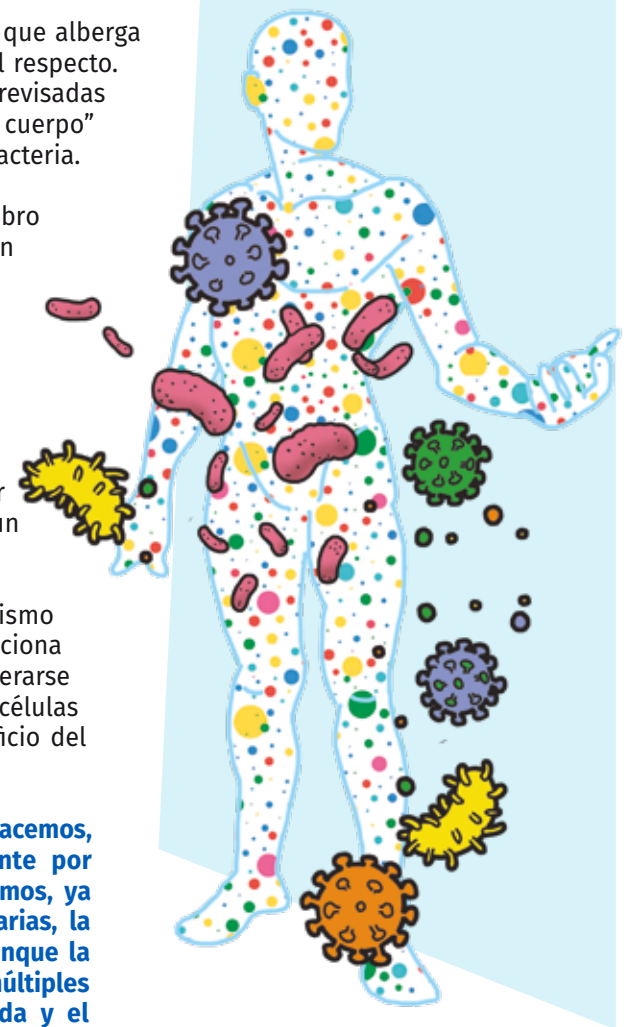
Si bien no es posible saber la cifra exacta de bacterias que alberga el organismo, algunos autores han realizado cálculos al respecto. Por ejemplo, Ron Sender, en su artículo “Estimaciones revisadas del número de células humanas y bacterianas en el cuerpo” (2016), sostiene que por cada célula humana hay una bacteria.

No obstante, otros autores, como Rob Knight, en su libro “Desde tu intestino” (2016), calcula que la proporción es aún mayor: 10 bacterias por 1 célula humana.

Es tal la cantidad de microorganismos presentes en nuestros cuerpos, así como su diversidad, las complejas interacciones que tienen lugar entre estos, las importantes funciones metabólicas que realizan y que benefician al anfitrión, que distintos autores han llegado a calificar al ser humano y la microbiota que alberga como un “superorganismo”.

Roy Sleator, en su artículo “El superorganismo humano – De microbios y hombres” (2009), menciona lo siguiente: “El cuerpo humano puede considerarse un superorganismo, un grupo comunitario de células humanas y microbianas que trabajan en beneficio del colectivo”.

**Se dice que en el mismo momento en que nacemos, comenzamos a ser colonizados gradualmente por miles de especies distintas de microorganismos, ya sea en la piel, las vías respiratorias y urinarias, la vagina y por supuesto el tubo digestivo, aunque la composición puede verse modificada por múltiples factores relacionados con el estilo de vida y el medio ambiente.**



## Comité Editorial

**Julio de 2025.** Ana Elisa Bojorge Martínez, Hugo Enrique González Reyes, Rafael Humberto Rivera Cedano, Lorena Flores Ramírez, Ramón Hernández Nuñez. **Diseño gráfico:** Gerardo Daniel Cervantes Toscano. **Caricaturas:** Raúl Humberto Medina Valdez Cel. 33 1112 8640. **Familia Yakult** es una publicación mensual de Distribución Gratuita Editada por Distribuidora Yakult Guadalajara, S.A. de C.V., Periférico Poniente Manuel Gómez Morín No. 7425, Tel. 33 3134 5300. Por Cesión del Certificado de Reserva de Derechos de Autor al uso exclusivo del Título No. 003657, Según Anotación Marginal Por Cambio de Titular de Fecha 17 de Mayo de 2002; Certificado de Licitud de Título No. 8408; Certificado de Licitud de Contenido No. 6223. Reservado todo los derechos de reproducción. INDAUTOR 04-2004-021112493800-102. Fecha de expedición 11 de noviembre de 2004. Visite nuestro sitio web para ver el “Aviso de declinación de responsabilidades” <https://yakult.mx/declinacion-de-responsabilidades>. Tiro: 115,000 ejemplares. **Teléfonos Sucursales:** Ameca: 37 5758 1213, Chapala: 37 6765 5152, Cd. Guzmán: 34 1413 8376, Colima: 31 2313 7597, Lagos de Moreno: 47 4741 1011, Manzanillo: 31 4333 6936, Tepatlán: 37 8688 0129, Ocotlán: 39 2239 5521, Puerto Vallarta: 32 2299 1594, Autlán: 31 7381 3403, E-mail: [revista\\_familia@yakult.mx](mailto:revista_familia@yakult.mx)

# La microbiota intestinal

El cuerpo humano alberga una enorme diversidad de microorganismos que conviven en equilibrio y que benefician de paso a su anfitrión, por ejemplo, complicando la invasión de microbios causantes de enfermedades o estimulando el sistema inmunológico del individuo.

Probablemente, la comunidad de microorganismos más estudiada y caracterizada de todas sea la microbiota intestinal, la cual es sin duda la más variada y densamente poblada.

De acuerdo a Efrén Díaz Millán, en su artículo “Colonizadores del cuerpo humano: La microbiota” (2022), al nacer los intestinos son estériles, pero tan solo unas pocas horas después las bacterias aparecen, se multiplican y colonizan el tubo digestivo.

Qué especies lo hacen y en qué proporción, depende en gran medida de múltiples factores, por ejemplo:

- Parto: Natural o cesárea
- La alimentación del bebé: Leche materna o de fórmula
- Nacimiento: Prematuro o a término
- Medidas de higiene de los padres
- Medio ambiente: Urbano o rural
- Género

A los tres años, la composición de la microbiota intestinal comienza a estabilizarse y se asemeja a la de un adulto.



## Funciones

Por su interacción con otros sistemas, además del digestivo, así como su participación en el metabolismo del anfitrión, a menudo la microbiota intestinal es considerada como un “órgano” más.

De acuerdo al Consejo Europeo de Neurogastroenterología y Motilidad, a través de su portal de difusión “Gut Microbiota for Health”, éstas son algunas de las funciones que desempeña la comunidad de bacterias intestinales:

- Contribuye a la defensa contra microorganismos dañinos
- Enseña al sistema inmunológico a distinguir entre “amigos” y “enemigos”
- Ayuda a la degradación de compuestos tóxicos
- Puede digerir ciertos alimentos, por ejemplo, la fibra dietética, que los humanos no podemos
- Producir compuestos, como los ácidos grasos de cadena corta, los cuales son beneficiosos más allá de los intestinos
- Facilita la absorción de minerales de la dieta (por ejemplo, magnesio, calcio y hierro)
- Sintetiza algunas vitaminas, como la vitamina K y folato (B9), además de aminoácidos
- Contribuye a moldear el estado de ánimo y comportamiento



De ser simples “huéspedes” a ser considerados como un “órgano” más del ser humano, la microbiota intestinal ha cobrado mayor relevancia y se han incrementado los estudios para determinar su papel en el bienestar y la enfermedad. Por ello, cualquier desequilibrio en su composición y número, un fenómeno conocido como “disbiosis”, puede poner en riesgo no solo la salud gastrointestinal, sino extenderse a otros sistemas.

# Los probióticos

La historia de los probióticos se remonta a principios del siglo XX, cuando el Dr. Elie Metchnikoff, (ganador del premio Nobel), expuso su hipótesis de que la longevidad de los campesinos de Bulgaria se debía aparentemente a que consumían grandes cantidades de leche fermentada.

Él creía que el ácido láctico producido por las bacterias en los productos lácteos eliminaba a los microorganismos nocivos de los intestinos y por lo tanto reducía la producción de toxinas que conducían a enfermedades gastrointestinales.



Aunque más tarde se dio cuenta de que las bacterias encontradas en los productos lácteos tienen muchos beneficios para la salud, no eran capaces de llegar vivas a los intestinos en cantidades adecuadas para brindar un beneficio significativo.

Ninguna de las cepas había sido explotada para su uso comercial hasta que el Dr. Minoru Shirota descubrió el *Lactobacillus casei* Shirota en 1930.

## Definición

En 2002, la Organización Mundial de la Salud, junto con la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura, definieron a los probióticos como:

“Microorganismos vivos que, cuando se administran en cantidades adecuadas, confieren un beneficio a la salud del huésped.”

La palabra probiótico significa literalmente “en pro de la vida” y fue utilizado por primera vez por Lily y Stilwell en 1965.

## ¿Qué características deben cumplir?

No todos los cultivos lácteos presentes en los productos lácteo-fermentados son probióticos, sino que deben cumplir con las siguientes características:

- Llegar vivos a los intestinos
- Tener beneficios claros
- Ser seguros

Por otra parte, para elegir el mejor producto probiótico, es importante verificar en la etiqueta:

- Cantidad de bacterias probióticas, para asegurar la efectividad de su acción
- Nombre completo de la bacteria probiótica

## Historia de Yakult

En 1930, el joven doctor de origen japonés, Minoru Shirota, logró aislar y cultivar una clase muy especial de lactobacilos que son capaces de competir contra los microorganismos nocivos causantes de enfermedades.

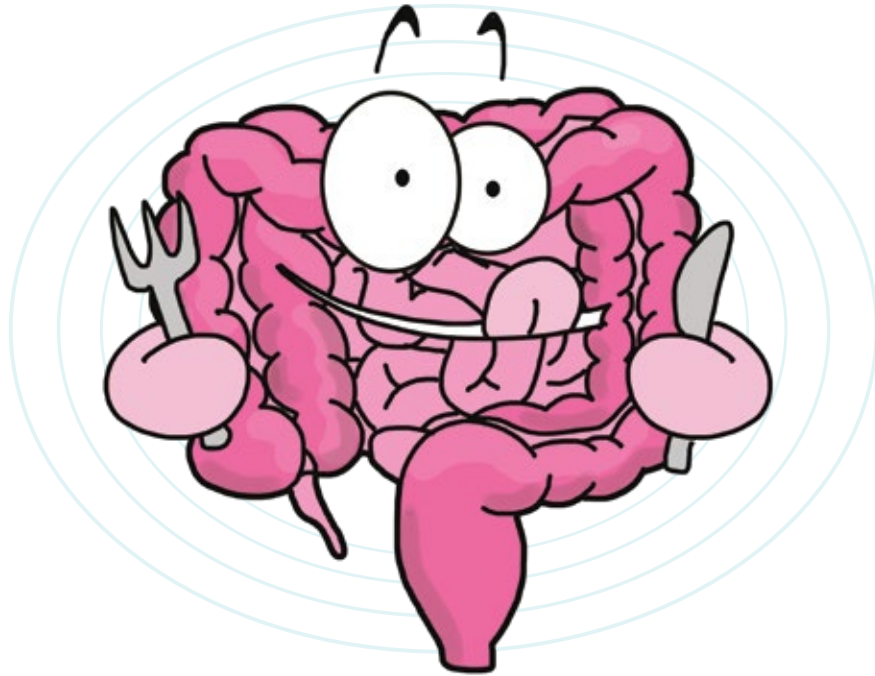
Él fortaleció los lactobacilos (a los que se nombraron posteriormente *Lactobacillus casei* Shirota en su honor) y en 1935 comenzó la distribución de Yakult en Japón, un producto a base de leche fermentada que contenía miles de millones de estas bacterias probióticas.



**Fue tal el éxito de Yakult, que en 1964 comenzó la expansión de la compañía en todo el mundo. Así, actualmente Yakult se encuentra presente en más de cuarenta países y regiones.**

# ¿Qué son los prebióticos?

Son compuestos alimentarios no digeribles que favorecen el crecimiento y la actividad de bacterias beneficiosas en los intestinos, contribuyendo a la salud digestiva en general, así lo menciona la Maestra en Nutrición Humana Tatiana Zanin en el tema "Prebióticos: qué son, para qué sirven, y alimentos" (2023).



## ¿Cuáles son sus beneficios?

Indica Tatiana Zanin, que desempeñan un papel muy importante en la salud intestinal, algunos de sus beneficios son:

- Mejoran la microbiota intestinal.
- Favorecen el crecimiento de lactobacilos y bifidobacterias esenciales para la digestión y la inmunidad.
- Aumentan la absorción de nutrientes, como vitaminas y minerales.
- Regulan el tránsito intestinal (digestión) e incrementan en el número de evacuaciones, previniendo el estreñimiento.
- Fortalecen el sistema inmunológico, ayudando a reducir la incidencia de infecciones y alergias, sobre todo en recién nacidos.
- Previenen enfermedades intestinales e inflamatorias, como la colitis ulcerosa.

## ¿En qué alimentos se encuentran?

La Dra. Ivonne Nieves, en el tema "Alimentos prebióticos" (2024), refiere que los prebióticos se encuentran en diversos alimentos ricos en fibras solubles, algunas fuentes naturales incluyen:

- Cereales integrales: Avena, trigo, cebada, centeno y arroz integral.
- Frutas: Plátanos, manzanas y moras.
- Vegetales: Cebolla, espárragos y ajo.
- Raíces y tubérculos: Achicoria, que es una planta rica en fibra.
- Otros alimentos son la miel y el plátano verde.



## ¿Cómo ejercen su efecto benéfico?

La doctora Nieves comenta que los prebióticos no son digeridos en el intestino delgado, sino que llegan al colon, donde sirven de sustrato (alimento) para las bacterias benéficas, estas fibras solubles son fermentadas rápidamente, mientras que las fibras insolubles lo hacen de manera más lenta, proporcionando un efecto prolongado en la microbiota intestinal.

**Es recomendable combinar los prebióticos con probióticos, ya que desempeñan un papel fundamental en la salud intestinal y general, promoviendo el equilibrio de la microbiota. Incorporarlos en la dieta todos los días es bueno para mejorar el bienestar familiar, su salud y calidad de vida.**

# Bacterias ácido-lácticas

La microbiota intestinal está conformada por bacterias que cumplen diversas funciones, como digerir nutrimentos, producir nutrimentos esenciales y funcionar como barrera de protección ante infecciones ocasionadas por bacterias perjudiciales.

En ese contexto, las bacterias ácido-lácticas (BAL), son un grupo que tienen como característica en común la producción de ácido láctico, aunque algunas de ellas pueden producir otros compuestos.

Las BAL destacan como miembros importantes del microbioma humano, se encuentran ampliamente distribuidas en la naturaleza y han sido recuperadas de alimentos, plantas y diferentes hábitats animales, incluido el tracto digestivo.

Desde el punto de vista tecnológico, las BAL participan de manera importante en la producción de alimentos fermentados (lácteos, cárnicos y vegetales).

Disminuyen el tiempo de maduración en lácteos y cárnicos, además mejoran las características sensoriales (olor, color, textura, sabor), nutricionales e incluso promotoras de la salud, mediante su presencia natural o por su inclusión como cultivos iniciadores y adjuntos.

Además, algunas cepas han sido reconocidas como microorganismos probióticos debido a los diversos efectos benéficos que tienen sobre el tracto gastrointestinal y la salud humana, al ser consumidas como parte de la dieta.

La forma de aprovechar el potencial probiótico de las BAL se asocia principalmente a su capacidad de poblar el intestino y así beneficiar su ecosistema en humanos y animales.

El consumo de probióticos se ha vuelto parte del estilo de vida y hábitos alimentarios de una parte importante de la población. Su consumo puede ser mediante suplementos alimenticios o alimentos como yogur y algunas bebidas fermentadas.

El efecto benéfico de los probióticos se logra cuando estos llegan íntegros, pueblan el tracto gastrointestinal y favorecen los beneficios asociados a la modulación/regulación de los microorganismos que habitan en el intestino.

Algunos, tienen la capacidad de producir sustancias específicas que permiten limitar la supervivencia de microorganismos patógenos, previniendo las infecciones que estos ocasionan o reduciendo la severidad de sus síntomas.

Además, mejoran el estado de salud de las personas que viven con diabetes o hipertensión, previenen la prediabetes y ayudan en el tratamiento de la dermatitis atópica, artritis reumatoide o reducir los efectos adversos de los tratamientos contra el cáncer.

**Los beneficios que ofrecen las BAL, tanto biotecnológicos como a la salud, pueden incrementarse mediante el aprovechamiento de cepas correctamente seleccionadas y su adecuado consumo o aplicación.**

**Dr. José Martín Ruvalcaba Gómez. 1,2  
Dra. Yesica Sughey González Torres. 1,3  
Dra. Adriana De la Rosa Figueroa. 1**

**1 Cuerpo Académico- 899-  
Biomedicina y Nutrición Integral.  
Centro Universitario de Los Altos.  
Universidad de Guadalajara.**

**2 Centro Nacional de Recursos  
Genéticos-INIFAP.**

**3 Colegio de Nutriólogos de Jalisco.**



# Microbiota y los AGCC

El cuerpo humano alberga una gran variedad de microorganismos llamados microbiota, que viven sin causar daño. La microbiota intestinal está formada por bacterias, arqueas, virus, parásitos y eucariotas.

Se estima que hay entre 150 y 170 tipos distintos de bacterias que aprovechan el ambiente cálido y nutritivo del intestino para vivir. A cambio, ayudan a proteger el cuerpo, digerir los alimentos y mantener la estructura intestinal.



En el colon predominan dos grupos de filos bacterianos: Firmicutes y Bacteroidetes. Estas bacterias descomponen los carbohidratos complejos (polisacáridos), mediante un proceso de fermentación.

Como resultado producen gases (metano, hidrógeno y dióxido de carbono), así como sustancias útiles, llamadas ácidos grasos de cadena corta (AGCC), como acetato, propionato y butirato. El cuerpo absorbe entre el 90 y 95% de estos compuestos, que aportan cerca del 10% de la energía diaria.

Ciertas bacterias intestinales, como *Roseburia* spp., *Eubacterium rectale*, *Faecalibacterium prausnitzii* y grupos *Clostridium* IV y XIVa, son las principales productoras de AGCC.

- El **acetato** se distribuye por la sangre y sirve como fuente de energía, además de ayudar al hígado a producir colesterol.
- El **propionato** es absorbido por el hígado, donde ayuda a formar glucosa, regula el azúcar en la sangre y reduce la producción de colesterol.

- El **butirato** es energía para las células del colon y participa en la producción de cuerpos cetónicos. También estimula la producción de leptina, hormona que regula el apetito.

Los AGCC fortalecen la salud intestinal al proteger la barrera intestinal, producir moco, reducir la inflamación y disminuir el riesgo de cáncer de colon. Por eso, es esencial consumir fibra y almidón resistente, que alimentan a estas bacterias benéficas.



**Pregunta a tu nutriólogo cómo implementar probióticos y prebióticos en tu dieta para obtener todos estos beneficios.**



**Microbióloga médica Nayeli del C. Salazar Urzúa.**  
**Miembro del Comité Directivo del Colegio de Nutriólogos del Estado de Jalisco, A.C.**

# Eje intestino-cerebro-piel

Intestino y cerebro se encuentran en constante comunicación a través de diferentes vías, como la señalización endocrina, la nerviosa o la inmune.

El intestino es la ventana por la que el sistema inmunológico se asoma al mundo exterior, mediante múltiples funciones relacionadas con los productos del metabolismo, interactuando con proteínas y hormonas de diferentes órganos.

También está comunicado con el órgano más grande del cuerpo: La piel. Cuando factores negativos dañan al intestino, interrumpen las señales cerebrales en el sistema nervioso, causando afectaciones en la piel.

La microbiota intestinal humana está conformada por trillones de microorganismos que establecen relaciones simbióticas complejas entre ellos y el huésped, favoreciendo un óptimo estado de salud.

El desarrollo de múltiples enfermedades se asocia con el desequilibrio de la microbiota intestinal conocido como disbiosis.

Fueron los dermatólogos John H. Stokes y Donald M. Pillsbury, quienes propusieron por primera vez un mecanismo donde la piel se ve afectada por los estados emocionales y nerviosos (depresión, preocupación y ansiedad), relacionándolos con la función alterada del tracto gastrointestinal, provocando alteraciones en la microbiota e inflamación local y sistémica. A este mecanismo lo denominaron eje intestino-cerebro-piel.

Estos autores discutieron cómo un medio para cortar el ciclo inducido por el estrés la "introducción directa de organismos acidófilos en cultivos como los de *Bacillus acidophilus*".

También abogaron por una preparación de leche acidófila y aceite de hígado de bacalao, mucho antes de que se los mencionara como probióticos y una fuente rica

en ácidos grasos omega 3, respectivamente. Estudios experimentales y en humanos han demostrado que diversos factores de estrés psicológico y fisiológico (confinamiento, temperaturas extremas, hacinamiento, ruido, exámenes académicos), pueden afectar la microbiota intestinal normal.

Las más notables son las reducciones inducidas por el estrés en las especies de *Lactobacillus* y *Bifidobacterium*.

El sobrecrecimiento bacteriano del intestino delgado (SIBO), se presenta en un amplio espectro entre ser asintomático y, en su extremo, un síndrome de malabsorción grave. En muchos casos, puede haber síntomas gastrointestinales muy leves, como hinchazón, diarrea, dolor abdominal y estreñimiento. También se informa que es prevalente en síndromes funcionales como la fibromialgia y el síndrome de fatiga crónica.

El SIBO puede comprometer la absorción adecuada de proteínas, grasas, carbohidratos, vitaminas B y otros micronutrientes debido a la interferencia bacteriana.

El exceso de bacterias puede competir con éxito por los nutrientes, producir metabolitos tóxicos y causar daño directo a los enterocitos en el intestino delgado.

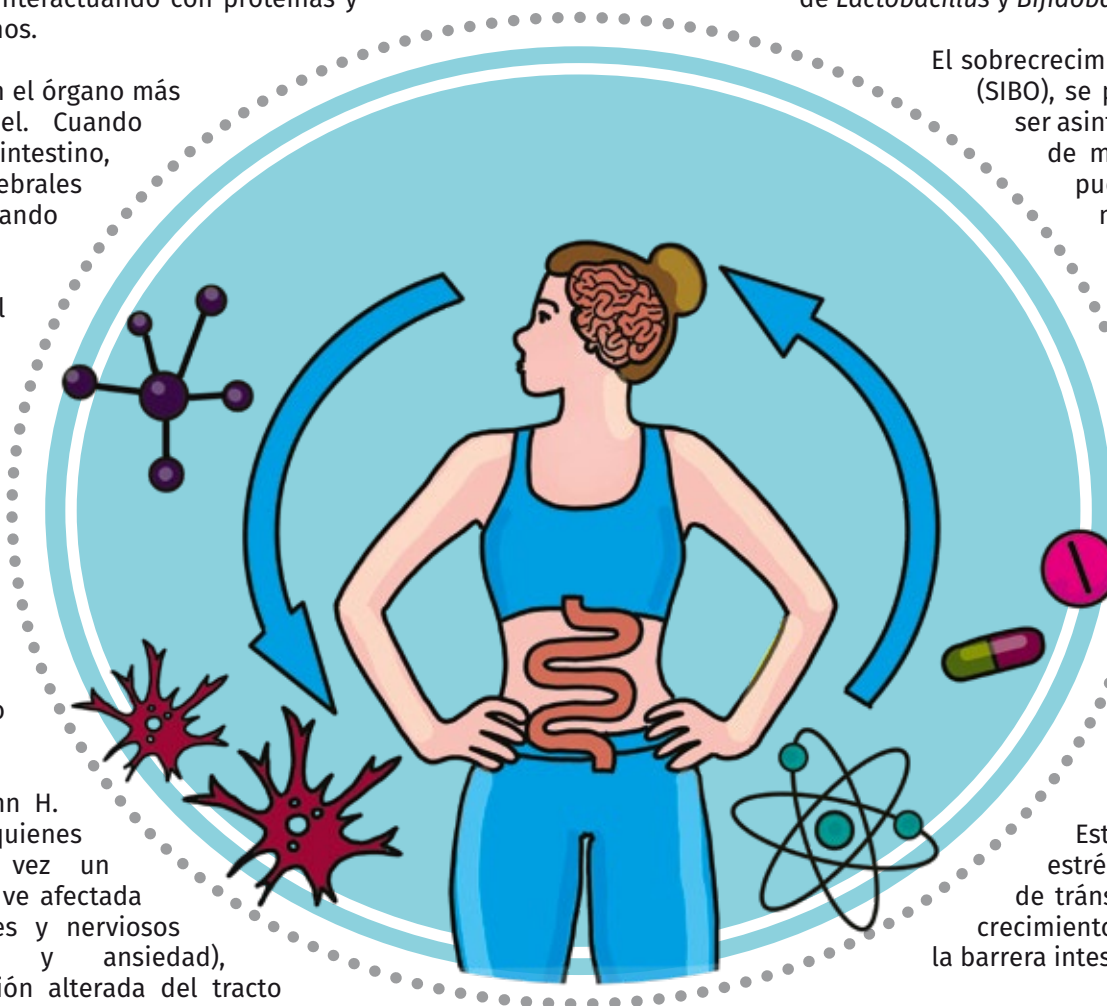
Estudios experimentales muestran que el estrés psicológico estanca el tiempo normal de tránsito del intestino delgado, fomenta el crecimiento excesivo de bacterias y compromete la barrera intestinal.

El SIBO está fuertemente asociado con la depresión y la ansiedad, mientras que la erradicación del SIBO mejora los síntomas emocionales y los causados en la piel.

**La administración oral de probióticos ha demostrado ser benéfica en la reducción del SIBO.**




**MND Rocío Arcelia Valenzuela Salazar.**  
Maestría en Nutrición Deportiva.



# Los probióticos pueden ayudar a:




Mantener el **Equilibrio** de la microbiota intestinal



Estimular el sistema inmunológico



Mejorar la digestión



Contribuir a la reducción de sustancias tóxicas



Promover el movimiento peristáltico

El *Lactobacillus casei* Shirota es considerado un probiótico

Exclusivo de la marca **Yakult**



## Mantener el equilibrio de la microbiota intestinal

Nuestro intestino es el hábitat de millones de bacterias que forman una comunidad benéfica para cada organismo.

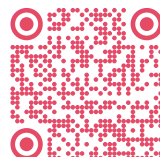
¿Le gustaría que las bacterias intestinales vivieran siempre en buen estado?

Existen puntos claves para que la microbiota intestinal se mantenga sana, aquí algunas recomendaciones:

- Consuma diariamente alimentos ricos en fibras: Verduras, frutas y cereales como la avena.
- Consuma alimentos y bebidas con probióticos, como los productos de la familia Yakult.
- Existen muchos medicamentos que alteran a las bacterias benéficas, no se automedique.

Disfrute su alimentación y su vida, trate de canalizar el estrés, ya que también puede generar problemas en las bacterias intestinales y a la postre en malestares digestivos.

Síguenos en nuestras redes sociales



## Probióticos y envejecimiento



¿Cuáles son los beneficios de los probióticos en las personas mayores?



# 90 Años

Dedicados a la salud

Este año, en Yakult celebramos 90 años de compromiso continuo con la investigación y la salud.

Desde nuestro origen, hemos trabajado con la única meta de contribuir con el bienestar de las personas alrededor del mundo.

Los productos  
**Yakult**  
pueden consumirse en  
cualquier momento del día.



Por ejemplo:



Como parte del desayuno,  
comida o cena



Un antojo saludable



Una deliciosa  
colación



Un excelente  
aliado



En la oficina



Contiene más de  
**8 mil millones de**  
Lactobacillus casei Shirota



Contiene más de  
**40 mil millones de**  
Lactobacillus casei Shirota



Contiene más de  
**100 millones de**  
Lactobacillus casei Shirota  
por gramo



Contiene más de  
**100 millones de**  
Lactobacillus casei Shirota  
por gramo

Tómalos  
diariamente





# Los probióticos

Yakuamigo, ¿sabías que los productos Yakult, además de ser deliciosos, son benéficos para tu salud?

Esto es porque contienen miles de millones de *Lactobacillus casei* Shirota en cada frasco, una bacteria probiótica que puede contribuir al equilibrio de la microbiota intestinal, es decir, el conjunto de microorganismos presentes dentro de tus intestinos.

Ahora te invitamos a divertirte con la siguiente sopa de letras con palabras relacionadas con los productos Yakult y la microbiota.



E	B	R	I	N	C	O	D	I	G	E	S	T	I	V	O	S	Y
S	A	L	U	T	P	T	R	F	N	Y	A	K	U	L	E	K	U
F	L	I	B	P	R	E	B	I	O	T	I	C	O	S	N	A	L
R	F	A	A	S	O	P	M	E	D	T	E	B	A	C	R	N	E
E	A	D	C	F	B	C	R	A	N	U	I	S	N	S	D	I	I
S	M	N	T	T	I	E	K	E	M	E	R	Y	T	K	E	S	N
A	I	R	E	D	O	Y	Q	C	V	O	F	A	O	I	B	I	A
S	L	T	R	M	T	B	A	U	Y	E	R	I	Z	G	N	L	D
O	I	N	I	V	I	U	A	S	I	J	N	S	C	N	M	O	E
N	A	I	A	F	C	C	E	C	I	L	O	C	R	I	O	A	S
I	Y	L	S	T	O	O	R	B	I	L	I	M	I	J	O	R	O
T	A	O	U	I	S	R	T	O	N	L	E	B	N	O	Y	S	F
S	K	G	R	J	B	A	D	S	B	R	L	K	R	S	N	B	U
E	U	U	Y	A	E	Z	U	E	H	I	T	U	C	I	S	I	L
T	L	H	I	P	B	O	L	S	Y	E	O	D	S	R	O	P	L
N	T	U	S	O	E	F	A	B	Y	A	K	T	U	L	T	A	T
I	N	M	U	N	E	V	S	H	I	R	O	T	A	E	U	C	I
S	U	T	L	U	K	A	Y	A	D	I	G	E	S	T	I	O	N

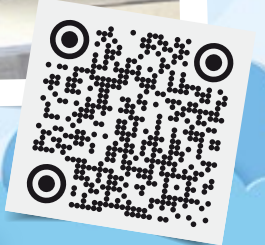


- Bacterias
- Beneficios
- Casei*
- Equilibrio
- Inmune
- Intestinos
- Japón
- Lactobacillus*
- Microbiota
- Prevención
- Prebióticos
- Probióticos
- Salud
- Shirota
- Sofúl LT
- Yakult

¡Gracias a todos nuestros clientes y amigos la campaña social "Unidos por los niños" fue un éxito!

Yakult Guadalajara donó un centavo por cada producto vendido durante los meses de marzo y abril en los estados de Jalisco y Colima.

Así logramos donar \$259,274.65, los cuales fueron donados en partes iguales entre Fundación Hospitales Civiles de Guadalajara, A.C. y Mi Gran Esperanza, A.C.



¿Te gustaría recibir tu revista **Familia Yakult** cada mes directamente en tu correo electrónico?

Solo tienes que suscribirte a nuestro Newsletter:



# Yakult

## Guadalajara

### SOLICITA

EL SIGUIENTE PERSONAL



### Chofer

Zona Metropolitana de GDL  
Secundaria terminada / Licencia de chofer vigente

### Demostradora

Zona Metropolitana de GDL

### Asesor de cambaceo

Zona Metropolitana de GDL / Tepatitlán  
Colima / Puerto Vallarta

Preparatoria terminada / Facilidad de palabra / Gusto por las ventas  
Licencia de chofer vigente

### Mantenimiento a oficinas

Zona Metropolitana de GDL  
Licencia de chofer vigente  
Disponibilidad para viajar (Jalisco, Colima)

Puedes enviar tu CV a:  
m.velazquez@yakult.mx  
a.aguilera@yakult.mx  
O solicitar cita vía telefónica

Más información 

**33 1608 7883**

**Oficina Matriz Guadalajara:** Periférico Poniente No. 7425, Fracc. Vallarta Parque Industrial, Zapopan, Jalisco  
**Sucursal Tepatitlán:** Pantaleón Leal No. 570, Colonia Jesús María. Teléfono 37 8688 0129  
**Sucursal Colima:** Av. Rafaela Suárez No. 234, Colonia San Isidro, Tel. 31 2313 7597  
**Sucursal Pto. Vallarta:** Josefa Ortíz de Domínguez No. 481, Colonia El Coapinole, El Pitillal, Tel. 32 2299 1594

