

**NOTA DE PRENSA**

Barcelona, 2026

**Dra. Silvia Gómez Senent**

# **La vida que nos habita**

El cuidado de la microbiota  
femenina a lo largo de la vida



**Prólogo de Esther Gómez**

@mienfermerafavorita



Para más información o coordinar publicaciones en prensa, no dudéis en  
contactar con nosotros:

**prensa@plataformaeditorial.com**  
**934 94 79 99**

# La vida que nos habita

## Dra. Silvia Gómez Senent

### El cuidado de la microbiota femenina a lo largo de la vida



Dentro de cada mujer habita un universo invisible que acompaña cada etapa de su vida: la microbiota. Un ecosistema vivo que influye en la salud, las emociones y el bienestar, y que cambia al ritmo del ciclo vital femenino. En *La vida que nos habita*, la doctora Silvia Gómez Senent, nos guía a través de las edades de la microbiota femenina. Con un lenguaje cercano y basado en la evidencia científica, ofrece herramientas prácticas —desde la suplementación hasta los hábitos de vida— para cuidar ese delicado equilibrio interior que sostiene nuestra salud y nuestro bienestar. Una obra que une ciencia y humanidad y que te invita a descubrir la vida que, silenciosamente, te habita.

## FICHA TÉCNICA

**Encuadernación:** Rústica

**Formato:** 140 x 220 mm

**Temática:** Desarrollo personal

**Publicación:** 4 de febrero de 2026

**ISBN:** 979-13-87813-70-3

**Páginas:** 264 | **Precio:** 21 €

Disponible en e-book.

**Desde la primera menstruación hasta la menopausia, pasando por el embarazo y la pubertad. Comprender cómo funciona y cómo se transforma la microbiota que nos habita es comprendernos a nosotras mismas.**

## SOBRE LA AUTORA

SILVIA GÓMEZ SENENT es médico especialista en Aparato Digestivo, con más de diez años de experiencia en el estudio y tratamiento de la microbiota intestinal. A lo largo de su trayectoria, ha desarrollado una visión integral de las enfermedades del aparato digestivo, abordándolo desde una perspectiva 360° que combina ciencia, práctica clínica y empatía. En la actualidad dirige y ejerce como docente en el Máster en Microbiota de la Universidad Nebrija, contribuyendo a la formación de nuevos profesionales en esta área emergente. Además, realiza una intensa labor divulgadora en redes sociales y medios de comunicación, acercando el conocimiento científico al público general. Su filosofía profesional se resume en una idea clara: «Ciencia con humanidad».



**SILVIA GÓMEZ**