

RESUMO SIMPLES - NEUROCIÊNCIA E SAÚDE

A INFLUÊNCIA DA MICROBIOTA INTESTINAL NA SAÚDE MENTAL: PROBIÓTICOS COMO ALIADOS NA DEPRESSÃO.

Iris Caline Franca De Sales (callinesalles@gmail.com)

Jordana Nunes De Oliveira (jordana.nunes@academico.ufpb.br)

Andressa Estefany Da Silva Nogueira (andressa.estefany@academico.ufpb.br)

*Thatyane Mariano Rodrigues De Albuquerque
(thatyane.albuquerque3@academico.ufpb.br)*

Introdução: A depressão é um transtorno mental complexo, caracterizado por uma tristeza profunda e persistente, sendo uma das principais causas de incapacidade física e mental no mundo. O eixo microbiota-intestino-cérebro é uma via de comunicação bidirecional dinâmica, que liga a percepção cognitiva e emocional, sendo assim o uso de probióticos pode impactar nos sintomas depressivos. **Objetivo:** Discutir a atuação dos probióticos na depressão, destacando como a modulação da microbiota intestinal influencia a comunicação bidirecional entre o intestino e o cérebro por meio do eixo microbiota-intestino-cérebro. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão na literatura com busca na plataforma PubMed. Foram selecionados estudos originais em inglês e português dos últimos 5 anos (2019-2024), sendo excluídos estudos duplicados, experimentais e revisões. Os descritores utilizados foram “Depression”, “Probiotic” e “Effect”. **Resultados:** A busca resultou em 22 artigos, dos quais 13 foram excluídos, por conterem divergências com o objetivo do estudo. Dentre os 9 artigos utilizados, os estudos demonstraram que o uso de

probióticos auxilia na diminuição dos sintomas depressivos. O uso de *Lactobacillus plantarum*, resultou na diminuição dos sintomas somáticos e depressão. O conjunto de multicepas das famílias *Bifidobacterium* e *Lactobacillus*, melhorou os mecanismos neurais subjacentes à cognição prejudicada na depressão. Além disso, a utilização de 14 cepas de *Bacillus*, *Bifidobacterium*, *Lactobacillus* e *Streptococcus*, resultou na melhora dos sintomas depressivos e de ansiedade. A utilização de multicepas das *Bifidobacterium*, *Lactobacillus* e *Streptococcus*, obteve como resultado reduções nos sintomas depressivos, tendo como uma possível explicação os efeitos anti-inflamatórios, advindo dos probióticos que auxiliam na prevenção da degeneração neuronal. Conclusão: O uso de probióticos demonstrou efeitos benéficos para a diminuição dos sintomas depressivos, mediado pela microbiota intestinal, demonstrando ser uma estratégia terapêutica no cuidado com a saúde mental.

Palavras-chave: depressão; probioticos; microbiota.