

EXPLORANDO O EIXO INTESTINO-CÉREBRO: O PAPEL DA MICROBIOTA EM CONDIÇÕES PSIQUIÁTRICAS

Exploring the Gut-Brain Axis: The Role of Microbiota in Psychiatric Conditions

Gabriel Mânica Malfatti

ORCID: <https://orcid.org/0009-0004-4093-7639>

Formação Graduando em Medicina (Bacharelado)

Centro Universitário de Pato Branco (UNIDEP)

E-mail: gabrielmalfatti64@gmail.com

Júlio Cesar Detoni Nadaleti

ORCID: <https://orcid.org/0009-0004-4592-6066>

Formação Graduando em Medicina (Bacharelado)

Universidade Comunitária da Região de Chapecó (UNOCHAPECÓ)

E-mail: julio28102003@unochapeco.edu.br

RESUMO

Introdução: A microbiota intestinal desempenha papel crucial na saúde mental, pelo eixo intestino-cérebro. Estudos recentes revelam que o equilíbrio microbiano intestinal influencia processos neurobiológicos, como o comportamento e a resposta emocional. **Objetivo:** Revisar evidências sobre a relação entre a microbiota intestinal e condições psiquiátricas, explorando implicações terapêuticas (uso de probióticos e prebióticos) no manejo de distúrbios mentais. **Método:** Pesquisa de artigos na base de dados Pubmed, utilizando “Gastrointestinal Microbiome” e “Mental health” como descritores, resultando em publicações científicas que foram criteriosamente analisadas para responder à pergunta pico que delineou o objetivo. **Resultados e Discussão:** Estudos destacam a influência da microbiota intestinal na saúde mental pelo eixo intestino-cérebro. Demonstra-se a associação da disbiose intestinal a condições como depressão, ansiedade e transtornos do espectro autista. Uma microbiota saudável pode regular o metabolismo de neurotransmissores (serotonina, GABA) essenciais para o funcionamento mental. Também, alterações na dieta, como o consumo de alimentos ricos em fibras e probióticos, mostraram modulações benéficas na composição microbiana, reduzindo estresse e inflamação cerebral. Ensaios clínicos envolvendo psicobióticos revelaram melhorias em sintomas depressivos e cognitivos, reforçando o potencial terapêutico. A relação entre o microbioma e o comportamento não é unidirecional; o estresse e as emoções podem influenciar a composição microbiana intestinal por meio da liberação de hormônios ou neurotransmissores que influenciam a fisiologia intestinal e alteram o habitat da microbiota. A disbiose intestinal tem sido associada ao aumento da permeabilidade intestinal, ativação imunológica e liberação de metabólitos neuroativos que afetam neurotransmissores, contribuindo para o desenvolvimento de transtornos como depressão, ansiedade e condições neurodesenvolvimentais. A terapia baseada em psicobióticos apresenta potencial promissor para modular o eixo, com clínicos mostrando que essas podem reduzir o sofrimento psicológico e melhorar a função cognitiva, demonstrando uma nova fronteira terapêutica. No entanto, a variabilidade na eficácia dessas abordagens pode estar relacionada a fatores como a diversidade individual da microbiota e diferenças nas cepas bacterianas utilizadas. O desenvolvimento contínuo do eixo microbiota-intestino-cérebro durante a infância e a adolescência pode marcar períodos sensíveis adicionais durante os quais a ingestão alimentar saudável pode ser importante para o desenvolvimento adequado do eixo. Em indivíduos idosos, a microbiota novamente passa por mudanças, que podem ser impulsionadas em parte pela ingestão alimentar e podem estar relacionadas à fragilidade, "envelhecimento inflamatório" e função cognitiva. A

falta de estudos longitudinais robustos e de ensaios clínicos bem controlados limita a compreensão das interações causais e a eficácia terapêutica. Questões como variabilidade genética, hábitos alimentares e exposição a estressores ambientais destacam a necessidade de intervenções personalizadas. **Conclusão:** Reafirma-se o papel essencial da microbiota intestinal na saúde mental, destacando sua influência em condições psiquiátricas. Intervenções dietéticas e uso de psicobióticos emergem como estratégias no manejo de transtornos mentais. Contudo, a variabilidade nos estudos e a necessidade de padronização nas intervenções apontam para a importância de mais pesquisas clínicas robustas e direcionadas. Abordagens personalizadas e integrativas potencializarão os avanços terapêuticos nessa área. Logo, a manipulação da microbiota intestinal pode desempenhar um papel fundamental na prevenção e tratamento de transtornos mentais.

Palavras-chave: Microbiota Gastrointestinal; Saúde Mental; Eixo Cérebro-Intestino.