

RESUMO - REVISÃO DE LITERATURA - MEDICINA

**EFEITO DA MICROBIOTA INTESTINAL NO ENVELHECIMENTO E
DESENVOLVIMENTO DE DOENÇAS CRÔNICAS**

Danielle Nunes Camargo (daniincamargo@gmail.com)

Ana Beatriz Uliana (Anabuliana@hotmail.com)

Beatriz Menezes Garcia De Barros Cordeiro (beatrizmgbcordeiro@gmail.com)

João Pedro Barazetti (joaobarazetti@gmail.com)

Luísa Garbossa (luisagrbs@gmail.com)

Mirella Dacome (mirelladacome11@gmail.com)

Rafaella Smaniotto Santana (santanarafa2005@gmail.com)

Selton Eliezer Steniski (selton.steniski@hotmail.com)

Sophia Lugarini (sophialugarini@gmail.com)

Theo Malaghini (Theomalaghini@gmail.com)

Caroline Tiblier De Souza (carolinetiblier@hotmail.com)

Beatriz Vicenzi Rocha (bibifloripa2004@gmail.com)

INTRODUÇÃO: A preservação do equilíbrio interno da microbiota humana é essencial para assegurar um envelhecimento saudável, reduzindo riscos de doenças crônicas e melhorando a qualidade de vida. Enquanto o organismo permanece saudável, como na juventude, a microbiota do intestino é formada por um ecossistema complexo, equilibrado e com uma ampla diversidade de

microrganismos distintos, os quais possuem suas próprias funções nessa relação mutualística. Contudo, frente ao envelhecimento, é natural que ocorram desequilíbrios, denominados de disbiose, e que a diversidade dos microrganismos seja reduzida e/ou alterada em partes por patógenos que podem ser responsáveis pelo surgimento de algumas doenças crônicas.

OBJETIVOS: o objetivo desse artigo é identificar a influência da microbiota intestinal no processo de envelhecimento por meio de uma revisão integrativa.

METODOLOGIA: realizou-se uma revisão integrativa de literatura usando as bases de dados MEDLINE/PubMed e Lilacs, publicados entre 2011 e 2024.

RESULTADOS: dezoito artigos foram incluídos nesta revisão de acordo com os critérios de inclusão e exclusão. Os resultados apontaram relações entre o envelhecimento e a disbiose, caracterizada pelo aumento de patógenos como *Clostridioides difficile*, o que aumenta a vulnerabilidade a infecções e inflamações. A fragilidade óssea, comum em idosos, se relaciona com uma dieta desequilibrada, somada à disbiose, que leva a uma má absorção de nutrientes. Além disso, a disbiose foi associada ao declínio cognitivo e a processos inflamatórios do sistema neurológico, especialmente no Alzheimer, devido ao impacto no eixo intestino-cérebro. Tratamentos não medicamentosos como a dieta mediterrânea mostrou-se benéfica para a microbiota, associada à redução da inflamação e à promoção de bactérias benéficas, ao contrário das dietas ricas em proteína e gordura de origem animal, que aumentam bactérias associadas a doenças inflamatórias. Entretanto, considerando a quantidade de estudos nacionais que comparam as microbiotas de jovens e idosos, essa área ainda é pouco estudada e pode apresentar uma melhora na qualidade de vida durante o envelhecimento.

CONCLUSÃO: Deste modo, conclui-se que o envelhecimento contribui para uma deterioração gradual dos sistemas biológicos, sendo a microbiota intestinal afetada pelo processo de disbiose. Uma microbiota saudável está associada a melhores condições de saúde em geral, contudo, no processo de envelhecimento existem terapias utilizadas para diminuir os efeitos da deterioração. Ademais, certos hábitos podem ser moldados frente às alterações geradas na microbiota intestinal de idosos, como por exemplo tomar cuidado com medicações, principalmente antibióticos, além de atentar-se à evolução de doenças neurodegenerativas associadas a microbiota intestinal.

Palavras-chave: microbiota intestinal; envelhecimento; doenças crônicas; disbiose.