

MICROBIOTA INTESTINAL E SAÚDE MENTAL: CONEXÕES ENTRE O EIXO INTESTINO-CÉREBRO E OS TRANSTORNOS PSIQUIÁTRICOS

SPRICIGO VOSS, LUÍSA MARIA; CONZATTI, GABRIELA; MATOS CORREA, LARISSA APARECIDA

Área temática: Clínica Médica.

Palavras-chave: Depressão; Saúde mental; Neuroinflamação.

1. INTRODUÇÃO

A saúde mental é um importante problema no contexto da saúde pública, envolvendo alterações emocionais, cognitivas e comportamentais. Transtornos como depressão e ansiedade estão entre as principais causas de incapacidade, com etiologia multifatorial que inclui fatores biológicos, psicológicos e sociais, além de alterações neuroquímicas. (Faim et al., 2024).

Neste contexto, destaca-se o eixo microbiota-intestino-cérebro, no qual integram vias nervosas, endócrinas e imunológicas, influenciando a inflamação e a produção de neurotransmissores, como a serotonina. Alterações na microbiota intestinal têm sido associadas a sintomas depressivos, e sua modulação, por exemplo pela dieta mediterrânea, pode atuar como estratégia terapêutica adjuvante (Faim et al., 2024).

Assim, o presente trabalho tem como objetivo analisar o eixo intestino-cérebro e a depressão, destacando os mecanismos inflamatórios e neuroquímicos envolvidos, bem como o potencial da modulação alimentar como abordagem complementar.

2. METODOLOGIA

A metodologia consistiu em uma revisão bibliográfica de artigos científicos, com análise de métodos, resultados e conclusões sobre o tema. Foram adotados como critérios de inclusão artigos publicados entre 2024 e 2025, nos idiomas português e inglês, incluindo relatos de casos, totalizando dois artigos. Como critérios de exclusão, desconsiderou-se estudos publicados antes de 2024 e àqueles que não atendiam ao objetivo da pesquisa.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A depressão é um transtorno mental que compromete a qualidade de vida e aumenta o risco de suicídio (Doenya et al., 2025). Sua fisiopatologia envolve disfunções cerebrais, alterações no eixo hipotálamo-hipófise-adrenal e no eixo intestino-cérebro (Faim et al., 2024).

Neste cenário, a microbiota intestinal pode influenciar o sistema nervoso central por meio da produção de metabólitos, modulação imunológica e liberação de neurotransmissores (Faim et al., 2024). Esta comunicação ocorre principalmente via nervo vago e envolve a regulação de neurotransmissores como serotonina, dopamina e GABA (Faim et al., 2024).

Evidências mostram que o aumento de marcadores inflamatórios e a alterações na microbiota intestinal, podem levar a neuroinflamação e aparecimento ou agravamento dos sintomas da depressão (Doeniyas et al., 2025).

Neste contexto, a alimentação atua como importante moduladora dessas alterações. A implementação da dieta mediterrânea associa-se a menor risco de depressão por seus efeitos anti-inflamatórios, enquanto dietas ricas em ultraprocessados relacionam-se à disbiose (Faim et al., 2024).

4. CONCLUSÃO

A partir da análise da literatura, conclui-se que a comunidade microbiana do trato intestinal desempenha papel relevante na gênese dos transtornos depressivos, principalmente pelas alterações nos neurotransmissores. A modulação alimentar, pela dieta mediterrânea, surge como estratégia auxiliar, embora mais evidências sejam necessárias para consolidar sua aplicação clínica.

REFERÊNCIAS

DOENYAS, Ceymi; *et al.* Gut–brain axis and neuropsychiatric health: recent advances. *Scientific Reports*, v. 15, art. no. 3415, 27 jan. 2025. DOI: 10.1038/s41598-025-86858-3.

FAIM, Raissa Fiorese Procópio; *et al.* Gut microbiota and depression: a scoping review exploring the interactions underlying depressive disorder. *Research, Society and Development*, v. 13, n. 4, p. e6113445507, 2024. DOI: 10.33448/rsd-v13i4.45507.