

**EFEITO DOS PROBIÓTICOS NA HIPERGLICEMIA: REVISÃO SISTEMÁTICA
SOBRE SEU POTENCIAL REDUTOR NOS NÍVEIS DE GLICOSE**

Pedro Henrique De Souza Santos (pedrohenriquesantos28is@gmail.com)

O diabetes mellitus tipo 2 (DM2) constitui uma das principais doenças crônicas não transmissíveis, caracterizada por hiperglicemia persistente decorrente da resistência à insulina e disfunção progressiva das células beta pancreáticas, estando associada a elevado risco de complicações cardiovasculares, renais e neurológicas. Nos últimos anos, a microbiota intestinal emergiu como um importante modulador metabólico, sendo a disbiose diretamente relacionada à inflamação sistêmica de baixo grau e à resistência insulínica. Nesse contexto, os probióticos têm sido investigados como estratégia terapêutica adjuvante no controle glicêmico. O presente estudo teve como objetivo avaliar, de forma sistematizada, os efeitos da suplementação com probióticos sobre parâmetros glicêmicos em indivíduos com DM2. Trata-se de uma revisão sistemática conduzida conforme as recomendações do PRISMA 2020, com busca nas bases PubMed e SciELO, incluindo ensaios clínicos randomizados publicados entre 2016 e 2025. Foram identificados 746 estudos, dos quais 9 atenderam aos critérios de elegibilidade após processo de triagem. Os resultados evidenciaram redução consistente da hemoglobina glicada (0,4%–0,6%), da glicemia de jejum (12–25 mg/dL) e da resistência à insulina, além de melhora de marcadores inflamatórios e do perfil lipídico. Conclui-se que os probióticos apresentam potencial terapêutico relevante como estratégia adjuvante no controle glicêmico em pacientes com DM2. Entretanto, a heterogeneidade dos

estudos, especialmente quanto às cepas, doses e duração das intervenções, limita sua aplicabilidade clínica padronizada, sendo necessários estudos adicionais para consolidação dessas evidências.

Palavras-chave: diabetes mellitus tipo 2 probióticos microbiota intestinal resistência à insulina controle glicêmico.