

RESUMO - PÔSTER - NUTRIÇÃO BÁSICA E APLICADA

REVISÃO: EFEITO DE PROBIÓTICOS NA MICROBIOTA INTESTINAL EM DIFERENTES FAIXAS ETÁRIAS

Caroline Viçoso Didone (caroline_vdidone@hotmail.com)

Maria Jara Montibeller (maria.jara@unesp.br)

Daniela Cardoso Umbelino Cavallini (d.cavallini@unesp.br)

Probióticos são microrganismos vivos que conferem benefícios a saúde do consumidor, quando administrados em doses adequadas. As bactérias dos gêneros *Lactobacillus* spp. e *Bifidobacterium* spp. são as mais comumente utilizadas para esse propósito. Entre os benefícios associados ao consumo de probióticos estão os efeitos positivos na microbiota intestinal, podendo auxiliar em tratamentos ou atuar na diminuição de risco de algumas doenças relacionadas à disbiose. Apesar da microbiota intestinal humana se estabelecer nos primeiros anos de vida, assumindo certa estabilidade, alguns fatores podem alterar a sua composição como a idade, o uso de medicamentos antimicrobianos e a dieta, incluindo o consumo regular de probióticos. Dessa forma, foi realizada uma revisão bibliográfica para analisar os efeitos dos microrganismos probióticos sobre a microbiota intestinal e manutenção da saúde de diferentes faixas etárias. A busca e análise dos artigos foi baseada nas publicações presentes nas bases de dados Scopus (www.scopus.com) e PubMed (<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed>). Foram feitos três grupos de busca, considerando três faixas etárias: crianças e adolescentes de 0 a 18 anos, adultos com idades entre 19 e 59 anos e idosos com 60 anos ou mais. Foram considerados artigos dos últimos cinco anos (2017 a 2021) para que

fosse possível analisar as abordagens mais recentes para o uso de probióticos. De forma geral, foi possível concluir que o uso de probióticos na infância pode ajudar na modulação da microbiota intestinal, e são utilizados principalmente no contexto de cólicas intestinais e diarreias, problemas mais comuns nessa faixa etária. Os microrganismos mais empregados são *Lactocaseibacillus rhamnosus*, *Limosilactobacillus reuteri* e *Bifidobacterium lactis* e *longum*. Para a faixa etária dos adultos, o uso de probióticos se mostra muito benéfico e promissor na redução de sintomas de doenças que acometem o trato gastrointestinal. Muitos estudos usam *Lactobacillus acidophilus*, *Lactocaseibacillus paracasei*, *Lactiplantibacillus plantarum*, *Bifidobacterium longum*, *B. brevis*, *B. lactis* e *Saccharomyces boulardii*, com efeitos que impactam positivamente na qualidade de vida dos pacientes. Os idosos tem o uso de probióticos associados à manutenção da saúde, com foco na melhora das funções imunológicas e disbiose intestinal, e por isso, muitos estudos fazem o uso do probiótico comercial Yakult (*Lactocaseibacillus casei* Shirota) e de *B. longum*. Foi possível concluir que muitas cepas já possuem efeitos comprovados à saúde do consumidor, inclusive auxiliando na redução dos sintomas de algumas doenças e na recuperação do paciente. Apesar dos inúmeros estudos já publicados, outros devem ser conduzidos para determinação da dose e frequência de ingestão ideais e para que os mecanismos e efeitos dos probióticos sejam mais elucidados, principalmente pelo fato dos benefícios estarem associados à cepa do microrganismo e pela individualidade humana estar relacionada com a magnitude dos efeitos observados.