



A RELAÇÃO DOS PROBIÓTICOS COM A DEPRESSÃO

Cristina Kelly Strapasson
Willian Barbosa Sales (Orientador)
Marisa Essenfelder Borges (Orientadora)
Cristina Peitz de Lima (Orientadora)

Resumo

A depressão é uma doença crônica mental de etiologia multifatorial que atinge aproximadamente 10 milhões de brasileiros e 340 milhões de pessoas em todo o mundo. Evidências mostram alterações químicas no cérebro do indivíduo deprimido, principalmente com relação aos neurotransmissores. É caracterizado por mudanças na disposição, comportamento, pensamentos e saúde física de um indivíduo. Estudos indicam que a microbiota intestinal pode ser uma causa direta do distúrbio. A microbiota anormal e a disfunção da microbiota-intestino-cérebro podem causar distúrbios mentais, enquanto a correção desses distúrbios pode aliviar a depressão. Atualmente, a modulação da microbiota intestinal tornou-se um tema quente na pesquisa de tratamento de transtornos mentais. Evidências emergentes de que a microbiota intestinal pode influenciar a função do sistema nervoso central levou à hipótese de que a suplementação com probióticos pode ter um efeito positivo no humor e sintomas psicológicos, como depressão e ansiedade. O presente estudo tem como objetivo avaliar a influência dos probióticos no tratamento da depressão. Trata-se de um trabalho de revisão integrativa, com abordagem qualitativa de comparação com estudos de outros autores para responder a pergunta norteadora: os probióticos são capazes de melhorar os sintomas em pacientes deprimidos? Para a busca utilizamos as seguintes bases de dados para o levantamento dos artigos na literatura: PUBMED, SCIELO e EBSCO com os seguintes descritores e suas combinações em português e inglês: “probióticos”, “depressão”, “microbiota”, “sistema nervoso”. Foram incluídos na pesquisa artigos que relacionassem probióticos e a depressão e artigos publicados nos referidos bancos de dados nos últimos dez anos. Foram excluídos da pesquisa artigos que apresentaram outra patologia associada, artigos repetidos nas diferentes bases de dados, artigos que incluíssem outros nutrientes e estudos realizados em animais. No início da pesquisa encontrou-se 580 artigos e ao aplicar os critérios de inclusão e exclusão selecionou-se 22 para a escrita do artigo. Espera-se encontrar associação significativa da ingestão dos probióticos com a prevenção e o controle de sintomas depressivos.

Palavras-chave: “probióticos”, “depressão”, “microbiota”, “sistema nervoso”.