



PROBIÓTICOS NO TRATAMENTO DA DISBIOSE INTESTINAL

Congresso Online de Nutrição Clínica Avançada, 2ª edição, de 04/04/2022 a 07/04/2022
ISBN dos Anais: 978-65-81152-53-6

SILVA; Débora Caroline Clara da ¹

RESUMO

A microbiota intestinal é composta por um complexo de espécies de microrganismos que habitam o trato digestório (aproximadamente 100 trilhões de bactérias de diferentes espécies), atuando na proteção contra agentes patológicos e estimulando o sistema imunológico, e quando há um desequilíbrio da flora intestinal, havendo um predomínio maior de bactérias patogênicas sobre as benéficas denomina-se disbiose. Seu tratamento consiste em duas abordagens, uma dietética, por meio da ingestão de alimentos que contenham probióticos e outra por meio de medicamentos. Os probióticos são definidos pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como microrganismos vivos que se ingerido na quantidade adequada exercem efeitos benéficos ao organismo. O objetivo deste resumo é avaliar os efeitos dos probióticos na disbiose intestinal. A metodologia utilizada foi a revisão da literatura por meio de consulta nas bases de dados virtuais *SciELO (Scientific Eletronic Library Online)*, *BVS (Biblioteca Virtual em Saúde)*, e *Google Acadêmico*. Uma série de benefícios à saúde são atribuídos aos produtos que possuem probióticos, incluindo: atividade antimicrobiana, estimulação do sistema imunológico, e equilíbrio das funções da microbiota bacteriana do intestino, diminuindo assim os sintomas da disbiose intestinal, como gases, abdômen distendido, diarreia ou constipação. Estudos comprovam que esses microrganismos pertencem a diferentes gêneros e espécies, tanto de bactérias como de leveduras. Pode-se observar que as bactérias mais comuns são *Lactobacillus spp.* e *Bifidobacterium spp.*, composta por várias espécies, que a partir da atividade fermentativa geram compostos orgânicos que alteram a acidez intestinal e impossibilitam o crescimento de microrganismos patógenos. A eficácia da administração de probióticos depende do tipo de cepa e da quantidade da dose administrada. De acordo com a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) é necessário conter uma quantidade mínima no número de Unidades Formadoras de Colônias (UFC) por dose, tendo que estar situada na faixa de 10^8 a 10^9 ufc/g, para que seja terapêutica, devendo ser ingeridos diariamente para garantir um efeito contínuo, conforme indicação do fabricante. No entanto, a concentração de probióticos pode variar bastante conforme a cepa e o produto. Entre os estudos avaliados observou-se que o Kefir tem sido utilizado no tratamento de pacientes portadores de disbiose, por ser uma bebida composta de leite fermentado

¹ Faculdade São Miguel, deborac.nutricionista@gmail.com

que se traduz na associação de leveduras e bactérias, rico em vitaminas do complexo B, vitaminas D, E e K, além de minerais como fósforo, cálcio, aminoácidos essenciais e ácido fólico. Conclui-se, portanto, que os probióticos conferem benefícios à saúde do hospedeiro, pois apresentam papel fundamental para regulação da flora intestinal, aumentam o sistema imune e são coadjuvantes no tratamento da disbiose intestinal, entretanto, os mecanismos de ação são ainda imprecisos, necessitando de mais estudos. (resumo simples- sem apresentação)

PALAVRAS-CHAVE: Disbiose, Modulação intestinal, Probióticos