



MICROBIOTA INTESTINAL E SAÚDE MENTAL: A INFLUÊNCIA DO EIXO INTESTINO - CÉREBRO NA DEPRESSÃO E ANSIEDADE

INTESTINAL MICROBIOTA AND MENTAL HEALTH: THE INFLUENCE OF THE GUT-BRAIN AXIS ON DEPRESSION AND ANXIETY

Mariana Moraes Dantas¹

Débora Mariana Teixeira Braga¹

Giovana Victória Alves Coelho¹

Isabella Ferreira Bonifácio¹

João Victor Alves Perillo¹

Gabriel Rocha Santos Knorst²

A microbiota intestinal desempenha um papel crucial na manutenção da homeostase e na regulação do sistema nervoso central (SNC). A comunicação entre intestino e cérebro ocorre por meio do eixo intestino-cérebro, que envolve mecanismos neurais, endócrinos e imunológicos. Estudos recentes indicam que a disbiose intestinal pode estar associada ao desenvolvimento de transtornos psiquiátricos, como depressão e ansiedade, devido a alterações na permeabilidade da barreira hematoencefálica e na produção de neurotransmissores. O objetivo deste estudo foi analisar a influência da microbiota intestinal na regulação do SNC e sua relação com transtornos psiquiátricos, destacando o potencial de intervenções terapêuticas baseadas na modulação da microbiota. Foi realizada uma revisão da literatura, de abordagem qualitativa, nas plataformas Scielo, Pubmed, BVS, nos anos de 2020 a 2024, na língua portuguesa e inglesa, utilizando os descritores "microbiota intestinal", "eixo intestino-cérebro", "ansiedade", "depressão", considerando artigos que investigam o papel do eixo intestino-cérebro na modulação do SNC e sua influência na depressão e ansiedade. Os resultados apontam que alterações na composição da microbiota intestinal podem influenciar negativamente a regulação emocional e o funcionamento cognitivo, contribuindo para o surgimento de transtornos como ansiedade e depressão. A administração de probióticos e prebióticos tem demonstrado potencial terapêutico ao modular a microbiota, reduzindo

¹ Acadêmico (a) do curso de medicina do Centro Universitário de Mineiros (UNIFIMES) – Trindade/GO.
Marymdantas@academico.unifimes.edu.br

² Docente do curso de medicina do Centro Universitário de Mineiros (UNIFIMES) – Trindade/GO.
gabrielknorst@unifimes.edu.br



inflamações sistêmicas e promovendo a produção de neurotransmissores como serotonina e ácido gama-aminobutírico (GABA). Além disso, indivíduos com transtornos neuropsiquiátricos, como transtorno do espectro autista (TEA) e esquizofrenia, apresentam padrões microbianos distintos, reforçando a conexão entre microbiota e SNC. Estudos indicam que a suplementação com prebióticos pode reduzir a resposta ao estresse, melhorar a cognição e aumentar a expressão do fator neurotrófico derivado do cérebro (BDNF), fundamental para a plasticidade neuronal. Pesquisas demonstram que a administração de psicobióticos tem impacto positivo na regulação do eixo hipotálamo-hipófise- adrenal (HHA), diminuindo níveis de cortisol e reduzindo sintomas de ansiedade e depressão. Evidências sugerem ainda que pacientes com síndrome do intestino irritável (SII) apresentam altas taxas de transtornos de humor, e o tratamento com probióticos tem mostrado eficácia na melhora de sintomas gastrointestinais e psicológicos. Conclui-se que a microbiota intestinal exerce uma influência significativa na saúde mental, atuando como um fator modulador do eixo intestino-cérebro. A modulação da microbiota por meio de intervenções dietéticas, incluindo o uso de psicobióticos, pode representar uma estratégia promissora no tratamento de transtornos psiquiátricos. No entanto, mais estudos clínicos são necessários para compreender plenamente os mecanismos envolvidos e desenvolver abordagens terapêuticas eficazes.

Palavras-chave: Microbiota intestinal. Eixo intestino-cérebro. Depressão. Ansiedade. Psicobióticos

Keywords: Gut microbiota. Gut-brain axis. Depression. Anxiety. Psychobiotics.