



IMPACTO DA NUTROTERAPIA BASEADA EM MICROBIOMA INTESTINAL NA REMISSÃO DE SÍNDROME METABÓLICA EM ADULTOS JOVENS

Ednaldo Queiroga Filho, Clara Jacy de Freitas Queiroga; And Yara Gelmini; Leandro Woitas; Lorena Barros; Edvaldo Alves Costa Neto; Fabiana Itamoto; Silvana Araújo de Aguiar; Gustavo Henrique Tenorio de Souza; Juliana Donella Moraco

Instituição dos autores: Universo Nutro, João Pessoa - PB

INTRODUÇÃO

A síndrome metabólica (SM) afeta 20-30% dos adultos jovens, associando-se a disbiose intestinal, inflamação crônica e risco cardiovascular elevado. Hipótese: nutroterapia modulando o microbioma (probióticos, prebióticos e dieta rica em fibras) induz remissão da SM via restauração da barreira intestinal e melhora do perfil metabólico. Estudos prévios mostram redução de 15-25% em HOMA-IR com intervenções microbióticas, mas faltam dados em jovens brasileiros.1-5

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Comparado ao controle, intervenção: PCR-us -3,2 mg/L vs. -1,0 mg/L, IL-6 -1,9 pg/mL vs. -0,6 pg/mL, TNF- α -4,5 pg/mL vs. -1,2 pg/mL; perda de peso -6,8 kg vs. -3,1 kg. Descoberta original: redução de emulsificantes correlacionou-se com queda de zonulina fecal ($r=-0,72$, $p<0,001$) e elevação de Akkermansia muciniphila (+1,8 log UFC/g). Adesão 89% vs. 76%, sem eventos adversos graves.2,3,5,8

METODOLOGIA

Ensaio clínico randomizado, duplo-cego para avaliadores, em Juazeiro do Norte-CE (2025), com 60 adultos (25-45 anos, IMC 30-34,9 kg/m², PCR >2 mg/L). Grupo intervenção (30): dieta padronizada **microbioma-friendly** (1.700 kcal/dia): 40% fibras solúveis/insolúveis (aveia, alho, cebola, inulina 10g/dia), probióticos (Lactobacillus rhamnosus + Bifidobacterium longum, 10⁹ UFC/dia), prebióticos (fruto-oligossacarídeos 5g/dia), limitando ultraprocessados <10%; grupo controle (30): dieta hipocalórica padrão AHA (1.700 kcal/dia, 50-55% carboidratos refinados). Avaliações basal/16 semanas: sangue (inflamatórios, lipídios, glicemia), fezes (sequenciamento 16S rRNA via Illumina MiSeq para taxonomia OTU97%, diversidade Shannon, zonulina fecal por ELISA), recordatório 24h, antropometria. Análise: ANOVA repetidas, Spearman ($p<0,05$).1,3,6,7

CONCLUSÃO

Nutroterapia microbiótica promove remissão significativa de SM em jovens, superior à dieta padrão, via enriquecimento de Bifidobacterium e restauração da barreira intestinal – achado original preditivo. Estratégia viável para SUS, reduzindo risco CV em 30-40% projetados; estudos longitudinais recomendados.1,4,5

REFERÊNCIAS

1. Cani PD et al. Gut microbiota and metabolic syndrome. Nat Rev Endocrinol. 2023.
2. Hall KD et al. Ultra-Processed Diets Cause Excess Calorie Intake and Weight Gain: an Inpatient Randomized Controlled Trial. Cell Metabolism. 2019;30(1):67-77
3. Srour B et al. Ultraprocessed food consumption and chronic diseases in adults: a systematic review and meta-analysis. The Lancet Regional Health – Americas. 2023.