



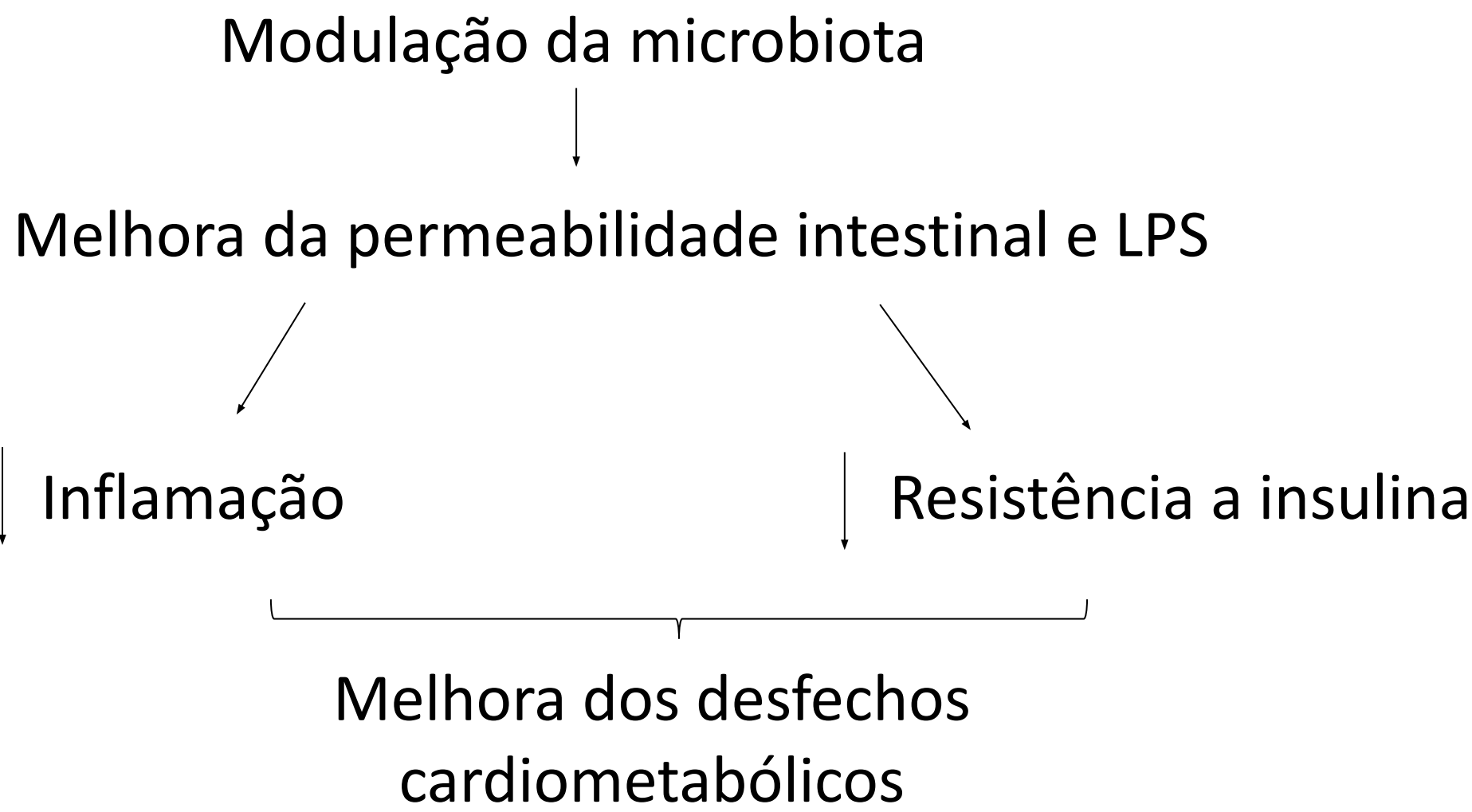
REVISÃO DAS EVIDÊNCIAS CLÍNICAS SOBRE INTERVENÇÕES BASEADAS EM MICROBIOTA INTESTINAL E DESFECHOS METABÓLICOS EM MULHERES NA PÓS-MENOPAUSA

Maria Clara F. A. Hellenbrandt¹; Hideki U. Uehara¹; Diogo Toledo¹; Guilherme Giorelli¹²; Alessandra B. Pochini¹²

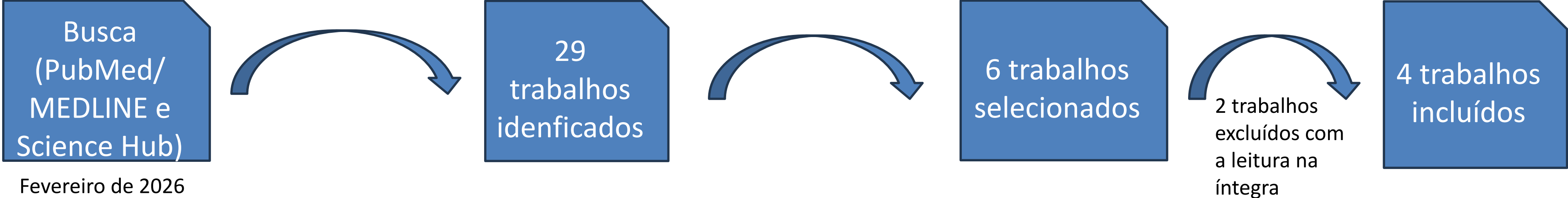
¹Hospital Israelita Albert Einstein – São Paulo/SP | ²Nutrology Academy – Rio de Janeiro/RJ

INTRODUÇÃO

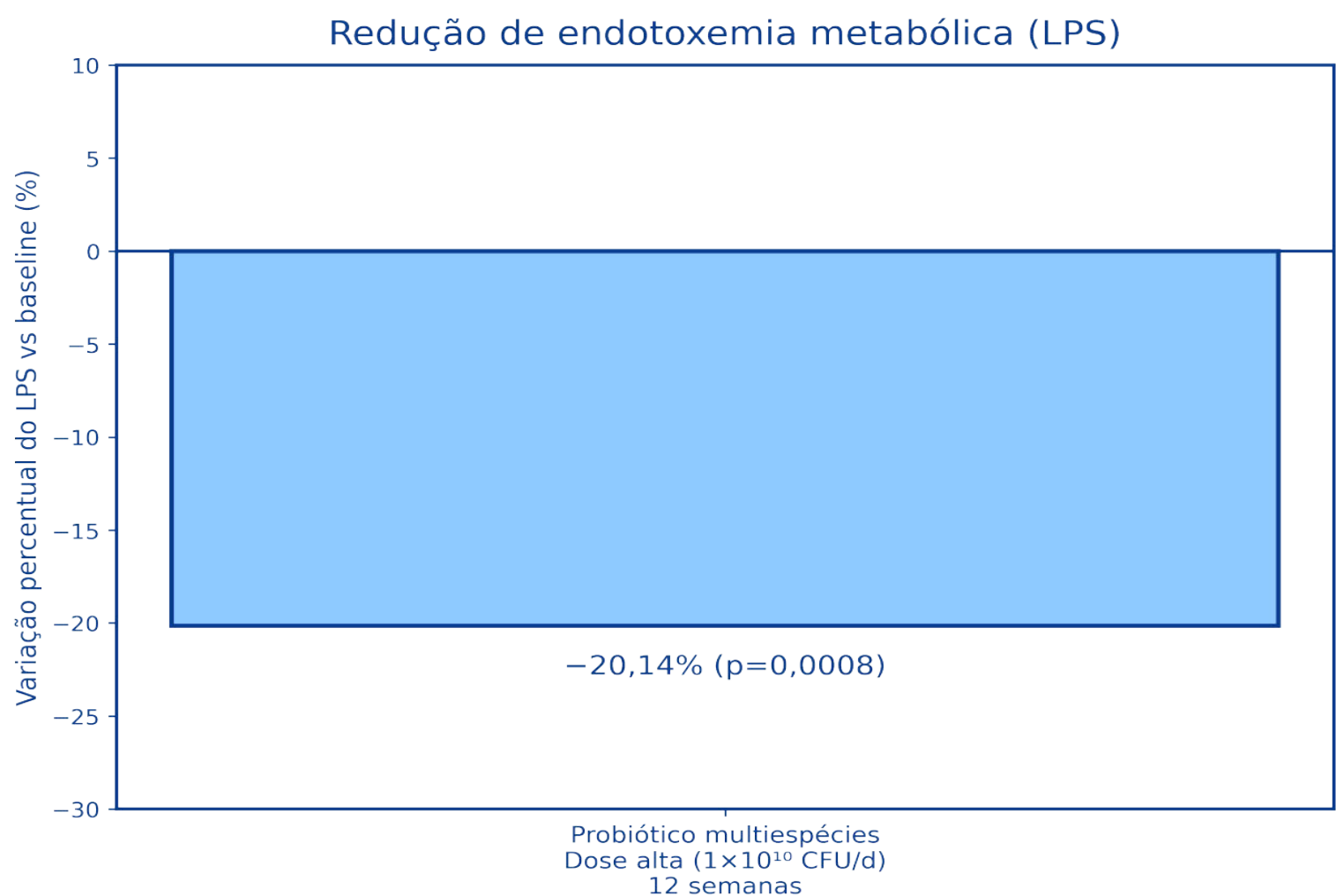
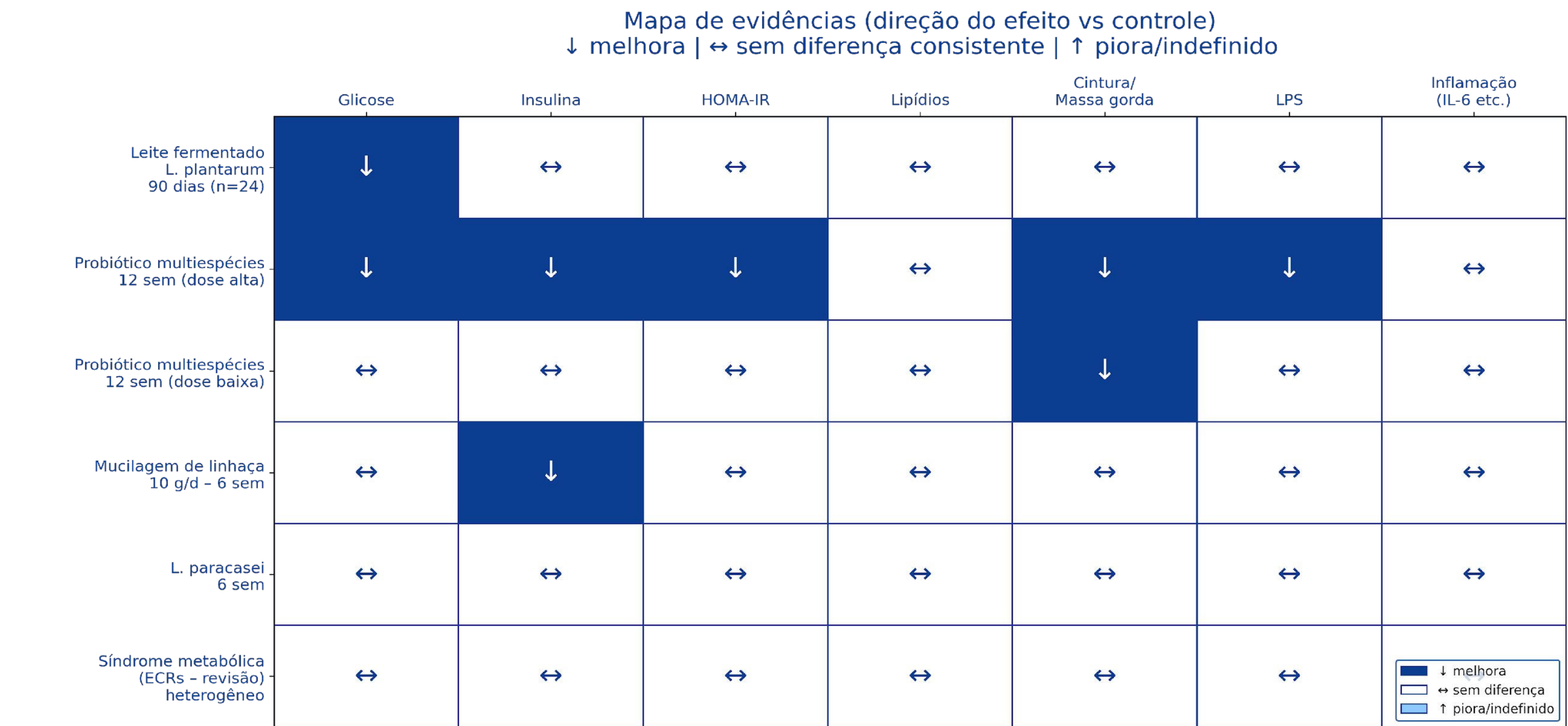
Mulheres na pós-menopausa apresentam maior risco cardiometabólico, associado à adiposidade central, resistência à insulina e inflamação de baixo grau. Intervenções com probióticos, prebióticos e simbióticos vêm sendo investigadas como estratégias para modular a microbiota intestinal e melhorar desfechos metabólicos nessa população. O objetivo foi avaliar a associação entre intervenções baseadas em microbiota e desfechos metabólicos nessas mulheres



METODOLOGIA



RESULTADOS E DISCUSSÃO



Critérios para Aplicabilidade Clínica:

1. Individualização
2. Segurança
3. Uso como Adjuvante
4. Atenção aos Padrões Alimentares
5. Metas Metabólicas

REFERÊNCIAS

1. Barreto FM et al. Nutrition. 2014;30:939–942.
2. Brahe LK et al. Br J Nutr. 2015;114:406–417.
3. Szulińska M et al. Nutrients. 2018;10:773.
4. Tenorio-Jiménez C et al. Nutrients. 2020;12:124.

CONCLUSÃO

Intervenções com probióticos e prebióticos em mulheres pós-menopáusicas associam-se a melhora modesta de resistência à insulina e de alguns marcadores cardiometabólicos, com redução de LPS observada apenas em probiótico multiespécies em dose elevada. Não há evidência consistente de impacto sobre peso corporal ou composição corporal. A heterogeneidade metodológica, a variabilidade entre cepas e o pequeno tamanho amostral limitam conclusões definitivas.

