

Saúde

# Intestino tem conexão profunda com Alzheimer e Parkinson, diz estudo

**Pesquisa brasileira indica que evitar desequilíbrios na microbiota ajuda a prevenir e controlar distúrbio neurológico**

THAIS SZEGÖ  
AGÊNCIA EINSTEIN

Uma revisão de estudos científicos que foi realizada por uma equipe das áreas de neurologia, medicina do sono e nutrição da Universidade Federal de São Paulo (Unifesp) investigou a relação entre o desequilíbrio da microbiota intestinal (chamado de disbiose) e as doenças psiquiátricas e neurológicas.

Segundo Maria Fernanda Naufel, uma das autoras e pós-doutoranda em Nutrição, os pesquisadores concluíram que “há uma relação estreita e bidirecional entre a microbiota intestinal e o cérebro” e que

“o desequilíbrio desses micro-organismos tem uma ação importante no desenvolvimento, na função e nos distúrbios do sistema nervoso central (SNC)”.

A microbiota intestinal é um ecossistema complexo, formado por trilhões de bactérias. Ela é influenciada por diversos fatores, como dieta, metabolismo, idade, estresse, temperatura, sono e uso de medicamentos, entre outros. De acordo com Naufel, embora ainda sejam necessários mais estudos sobre o tema, o trabalho demonstrou que é essencial evitar o desequilíbrio da microbiota intestinal, especialmente durante a gravidez e a primeira infância, para prevenir distúrbios neurológicos.

“Além disso, o uso de probióticos por pacientes com doenças psiquiátricas e neurológicas é seguro na maioria dos casos e pode tratar a disbiose e os desconfortos gastrointestinais, diminuir os sinto-

mas de depressão e ansiedade e aliviar os sintomas e a gravidade de diversos distúrbios neurológicos, como Alzheimer, Parkinson e esclerose múltipla”, diz a pesquisadora.

Naufel explica que a prevenção e o tratamento do desequilíbrio da flora intestinal podem auxiliar de diversas formas no controle de doenças psiquiátricas e neurológicas. Se houver uma inflamação na microbiota intestinal, por exemplo, é possível que o quadro influencie negativamente o sistema nervoso central.

**Para a vida adulta**  
**Crianças com disbiose**  
**tendem a ter mais riscos**  
**de apresentar distúrbios**  
**neurológicos**

Além disso, como o intestino é responsável pela produção de muitos neurotransmissores, a disbiose pode prejudi-

car a produção dessas substâncias, gerando alterações em todo o corpo, principalmente no cérebro.

Outro fator destacado no trabalho é que os estudos têm observado que as crianças com disbiose tendem a ter mais riscos de apresentar distúrbios neurológicos na vida adulta. Por isso, o ideal é prevenir o desequilíbrio desde a primeira infância, fase em que a microbiota será formada, saudável ou não.

**EVIDÊNCIAS.** Segundo o psiquiatra Daniel Oliva, do Hospital Israelita Albert Einstein, trata-se de uma linha de estudo muito interessante e promissora. “Já existem evidências de que essas bactérias podem influenciar o organismo como um todo e dados que relacionam populações específicas de bactérias com alguns distúrbios e doenças”, diz.

Ele destaca ainda que já se sabe que algumas substâncias

liberadas por esses micro-organismos conseguem modular o sistema imune, influenciando o funcionamento do sistema nervoso central e do cérebro, o que pode implicar mudanças de humor e quadros psiquiátricos e neurológicos.

“Entretanto, essas pesquisas enfrentam algumas dificuldades, pois se trata de uma relação muito complexa, já que são trilhões de microrganismos interagindo com o corpo. Por isso, ainda não temos como determinar exatamente como as alterações na microbiota intestinal influenciam as mudanças neurológicas, ou o contrário”, afirma ele.

**COMO MANTER A MICROBIOTA SAUDÁVEL.** Entre as sugestões de especialistas para manter-se saudável estão estimular o aleitamento materno exclusivo até os 6 meses de idade. Após a introdução alimentar, é interessante seguir amamentando até os 2 anos.

Outras dicas são controlar o uso de antibióticos, principalmente na gravidez e nos primeiros anos de vida; ter uma alimentação saudável, especialmente na primeira infância, evitando alimentos ultraprocessados, açúcar e gordura saturada; evitar o fumo e bebidas alcoólicas. ●

Porto de Santos

## Incêndio destrói galpões terceirizados da Receita

— Um incêndio de grandes proporções destruiu galpões na região do Porto de Santos, no litoral paulista, na madrugada de ontem. Entre os depósitos atingidos está um galpão de empresa terceirizada utilizado pela Receita Federal. O órgão federal informa que monitorou toda a situação. Por segurança, um trecho da rede de distribuição que atende a região do Porto de Santos também teve de ser desligado, segundo informou a CPFL Piratininga. ●

Rede pública de Minas

## Zema reitera: matrícula não exigirá vacina

— Alvo de uma reclamação no Supremo Tribunal Federal (STF) por anunciar que a vacinação não seria pré-requisito para a matrícula de estudantes na rede pública estadual, o governador de Minas, Romeu Zema (Novo), reiterou o posicionamento em manifestação enviada à Corte, alegando que nunca houve essa necessidade. ●

Chapolin Colorado no bloco


## Policiais fantasiados prendem quadrilha

— A Polícia Civil prendeu anteontem quatro integrantes de uma quadrilha que furtava celulares durante o carnaval de rua na Vila Mariana, zona sul de São Paulo. A ação envolveu agentes de segurança paisana, vestidos de Chapolin Colorado, o personagem criado pelo mesmo idealizador da série mexicana “Chaves”. ●

Barretos (SP)

## Homem é esfaqueado em assalto em igreja

— Um homem de 49 anos foi preso em flagrante por esfaquear um fiel que tentava impedir um assalto dentro da Minibasilica Nossa Senhora de Aparecida, na Avenida Olímpia, em Barretos, no interior paulista, na manhã de domingo. ●



O Brasil está de luto diante da perda de um dos nossos maiores expoentes do empreendedorismo. Abilio Diniz deixa o seu legado não somente nos negócios, mas também como professor, comunicador e pai. Um apaixonado por esportes, paixão que converteu em ferramenta de autoconhecimento, busca do equilíbrio e evolução pessoal.

Abilio era Presidente do Conselho da Península Participações, acionista do Grupo Wine e acompanhava de perto o futuro do nosso negócio, sempre com uma visão estratégica e, sobretudo, pautada no desenvolvimento do nosso time.

Em nome de todos os colaboradores do Grupo Wine, deixamos o nosso profundo agradecimento e os nossos sentimentos aos familiares, amigos e admiradores desse ser humano inigualável, um dos maiores de nosso tempo.

**GrupoWINE**

PHOTO AND DISTRIBUTED BY: REAGRAM  
PressReader.com.br - 15 604 2718-6004  
Copyright 2024. Todos os direitos reservados.

**pressreader**