**MICROBIOTA INTESTINAL E A SUA RELAÇÃO COM A OBESIDADE**

**Maria Eduarda de Paiva Silva1**;José Miguel Ramos Santos2; Kissia Melo Oliveira Souza Bezerra3

**mariapaiva123@outlook.com**

**Introdução:** Obesidade é uma doença crônica caracterizada pelo acúmulo anormal ou excessivo de adiposidade corporal que é capaz de causar diversos problemas de saúde. Alguns estudos vêm mostrando um crescimento significativo nas últimas décadas em todo o mundo. A sua causa é complexa e multifatorial, sendo assim alguns fatores podem influenciar, são eles: genética, estilo de vida, sedentarismo, problemas emocionais e algumas medicações. Além disso, os estudos abordam a demonstração da relação da obesidade com um desequilíbrio na colonização da bactéria intestinal, sendo associada a uma possível causa no retardo de perda de gordura corporal e também o maior risco de desenvolvimento de doenças. Deste modo, é de suma importância estudos mais aprofundados que retratem a influência da alimentação na saúde intestinal de indivíduos obesos. **Objetivo**: Avaliar a microbiota intestinal e sua relação com a obesidade. **Material e métodos:** Trata-se de uma revisão de literatura realizada no bancos de dados virtuais como Google acadêmico, SciELO, PubMed, Medline. Foram utilizados artigos de 2010 a 2019 relacionados ao tema microbiota intestinal e sua relação com a obesidade. **Resultados:** A composição da microbiota intestinal herdada nos primeiros dias de existência possuem funções importantes ao longo da vida. A mesma tem influência na expressão genética, no sistema imunológico em desenvolvimento de patologias a nível metabólico, apresentam proteções antimicrobianas e síntese de algumas vitaminas. Existe uma aproximação de espécies de bactérias intestinais que correspondem a cerca de 400 habitantes no trato digestório humano. Um termo bem ditado na literatura é a disbiose, que faz menção com o desequilíbrio entre bactérias benéficas e maléficas, geralmente associadas a dietas ricas em açúcares simples e gordura saturada, causando assim a longo prazo uma inflamação crônica. Indivíduos obesos apresentam uma redução de bactérias do grupo bacteriodetes e um aumento de firmicutes quando comparados com pacientes em estado de eutrofia. Um achado científico importante aborda a relação dos distúrbios na microbiota capaz de suprimir Fasting Induced Adipose Factor (FIAP) um potente inibidor da lipase lipoproteína (LPL) e quando isso ocorre a um acúmulo de triglicerídeos e uma maior absorção de gorduras pelo adipócitos. Dietas ocidentais também contêm seu impacto negativo na microbiota, pois são ricas em gorduras saturadas e carboidratos refinados, causando resistência à insulina, inflamação, maior estoque de adiposidade visceral e aumento na absorção de lipídeos. **Conclusão:** Destarte, é possível concluir que dietas com alto teor de açúcares simples e gorduras saturadas tem forte ligação com distúrbios da microbiota e apresenta uma ligação direta com a obesidade e síndrome metabólica.

**Palavras-chave:** Microbiota intestinal, Obesidade, Alimentação.

**Referências bibliográficas:**

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA PARA O ESTUDO DA OBESIDADE E DA SÍNDROME METABÓLICA - ABESO. Diretrizes Brasileiras da Obesidade, 4ª edição. São Paulo, 2016. Disponível em: Acesso em: 29. Mai. 2018.

ANDRADE, V.L.A.; REGAZZONI, L.A.A.; MOURA, M.T.R.M. et al. Obesidade e microbiota intestinal. Revista de Medicina, v.25 n.4, p. 583-589, Minas Gerais, 2015. Disponível em: < http://rmmg.org/exportar-pdf/1875/v25n4a18.pdf> Acesso em: 29. Mai. 2018.

KERCHER, K.K.O; GARCIA, M.C.R. Correlação da disbiose intestinal e obesidade: uma revisão bibliográfica. Salão do Conhecimento, v. 2, n. 2, 2016. Disponível em: < https://www.publicacoeseventos.unijui.edu.br/index.php/salaoconhecimento/article/view/6553 Acesso em: 29. Mai. 2018.

OJEDA, P.; BOBE, A.; DOLAN, K.; et al. Nutritional modulation of gut microbiota — the impact on metabolic disease pathophysiology. Journal of Nutritional Biochemistry, v. 28, n. 2016, p. 191-200, 2015. Disponível em:< https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0955286315002077?via%3Dihub>. Acesso em: 29. Mai. 2018.

PISTELLI, G.C.; COSTA, C.E.M., Bactérias intestinais e obesidade. Revista Saúde e Pesquisa, v. 3, n. 1, p. 115-119, jan./abr. 2010. Disponível em: < http://periodicos.unicesumar.edu.br/index.php/saudpesq/article/view/1412>. Acesso em 30. Mai. 2018.

RODRIGUES, L.S.V. Relação entre microbiota intestinal e obesidade: terapêutica nutricional através do uso de probióticos. 2016. Disponível em: Acesso em: 29. Mai. 2018.