



**USO DE PROBIÓTICOS NO TRATAMENTO DE PACIENTES COM
TRANSTORNO DEPRESSIVO MAIOR OU SINTOMAS DEPRESSIVOS: UMA
REVISÃO SISTEMÁTICA E META-ANÁLISE**

Matheus Oliveira Bini¹

Juliano Blanco Canavarros Filho¹

Mariana Prado Nogarolli¹

Fernanda Mesquita Pucca²

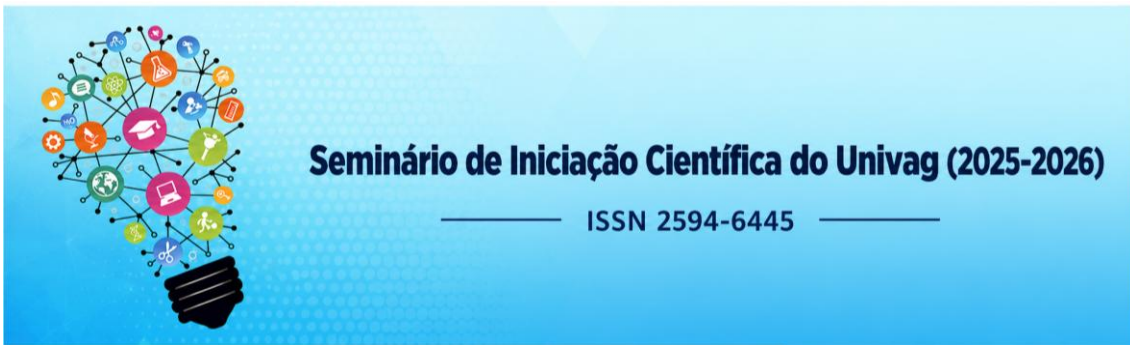
Vanessa Britto Zafra²

RESUMO

O transtorno depressivo maior (TDM) é uma condição psiquiátrica prevalente e incapacitante, associada a importante impacto na qualidade de vida e aumento da morbimortalidade^{1,2}. Embora os antidepressivos constituam a base do tratamento, limitações como resposta incompleta e efeitos adversos motivam a busca por abordagens complementares³. Nesse contexto, os probióticos têm emergido como uma estratégia promissora devido à sua atuação no eixo microbiota-intestino-cérebro⁴. Objetivo: Avaliar a eficácia do uso de probióticos, como terapia primária ou adjuvante, na redução dos sintomas depressivos em indivíduos com TDM ou sintomas depressivos clinicamente relevantes. Métodos: Foi realizada uma revisão sistemática com meta-análise conforme as diretrizes PRISMA 2020. Foram incluídos ensaios clínicos randomizados publicados entre janeiro de 2015 e dezembro de 2025, identificados nas bases PubMed e Cochrane Library. Os desfechos foram avaliados por meio das escalas Hamilton Depression Rating Scale (HAM-D) e Montgomery-Åsberg Depression Rating Scale (MADRS). A síntese quantitativa foi conduzida por modelo de efeitos aleatórios, com avaliação da heterogeneidade pelo índice I^2 e análise de sensibilidade pelo método leave-one-out. Resultados: Foram incluídos 11 ensaios clínicos randomizados, totalizando 625 participantes. A meta-análise dos estudos que utilizaram a escala HAM-D ($n=471$) demonstrou redução estatisticamente significativa dos sintomas depressivos no grupo tratado com probióticos em comparação ao controle ($DM = -2,43$; $IC95\%: -4,03$ a $-0,83$; $I^2 = 57,7\%$), com resultados robustos na análise de sensibilidade. Em relação à escala MADRS, observou-se redução não significativa ($DM = -2,20$; $IC95\%: -5,32$ a $0,92$; $I^2 = 66,9\%$), embora a maioria dos estudos tenha apresentado tendência favorável à intervenção. Na análise de subgrupos, o uso de probióticos como terapia adjuvante mostrou efeito estatisticamente significativo ($SMD = -0,33$; $IC95\%: -0,63$ a $-0,02$), enquanto como monoterapia não houve significância estatística. Conclusão: Os probióticos apresentam efeito terapêutico modesto, porém estatisticamente significativo, na redução dos sintomas depressivos, especialmente quando utilizados como terapia adjuvante ao tratamento antidepressivo convencional. Sua eficácia como monoterapia ainda carece de evidências robustas. A heterogeneidade entre cepas, doses e protocolos reforça a necessidade de estudos adicionais padronizados para consolidação de recomendações clínicas.

¹Acadêmicos de medicina do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG)

²Professoras do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG)



REFERÊNCIAS BIBLIOGRAFIA:

1. American Psychiatric Association. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5). 5th ed. 2013.
2. GBD 2019 Mental Disorders Collaborators. Global burden of mental disorders. *Lancet Psychiatry*. 2022;9(2):137-150.
3. Cipriani A, et al. Comparative efficacy and acceptability of 21 antidepressants. *Lancet*. 2018;391(10128):1357-1366.
4. Cryan JF, Dinan TG. Mind-altering microorganisms: the impact of the gut microbiota on brain and behaviour. *Nat Rev Neurosci*. 2012;13(10):701-712.