

DEPRESSÃO E INTESTINO: ANÁLISE DA RELAÇÃO ENTRE O INTESTINO E O CÉREBRO NA DEPRESSÃO

DEPRESSION AND THE GUT: ANALYSIS OF THE RELATIONSHIP BETWEEN
THE GUT AND THE BRAIN IN DEPRESSION

Ciências Biológicas, Ciências da Saúde • 22/09/2026

REGISTRO DOI: [10.70773/revistatopicos/790017856](https://doi.org/10.70773/revistatopicos/790017856)

Jamily Araújo de Oliveira¹

Suelen Guedes Barbosa Simonetti²

Ana Vitória da Silva Moreira³

Rebeca Sakamoto Figueiredo⁴

Rosimar Honorato Lobo⁵

RESUMO

A depressão constitui um importante problema de saúde pública e está relacionada a alterações no eixo intestino-cérebro, uma comunicação bidirecional que envolve mecanismos neurais, imunológicos, hormonais e metabólicos. Este estudo teve como objetivo analisar a relação entre intestino e cérebro na depressão, com foco na microbiota e nas vias de comunicação envolvidas. Foi realizada uma revisão de literatura descritiva, considerando publicações de 2022 a 2026, identificadas nas bases PubMed, PMC, SciELO, LILACS, Google Scholar, Zenodo além de livro e documento institucional. Os estudos analisados demonstraram associação entre disbiose, inflamação, alterações na permeabilidade intestinal, metabólitos e neurotransmissores relacionados à depressão. Destaca-se o metabolismo do triptofano, especialmente pelas vias da serotonina e da quinurenina. Além disso, estresse, sintomas depressivos e antidepressivos podem modificar a microbiota e a função intestinal. Conclui-se que a interação intestino-cérebro é complexa e bidirecional, reforçando também a importância da saúde intestinal e da alimentação na prática nutricional e na compreensão multifatorial da depressão, considerando sua influência sobre processos metabólicos, imunológicos e neuroquímicos envolvidos nesse eixo.

Palavras-chave: Depressão; Microbiota intestinal; Eixo intestino-cérebro; Disbiose; Nutrição.

ABSTRACT

Depression is an important public health concern and is associated with alterations in the gut-brain axis, a bidirectional communication pathway involving neural, immune, hormonal, and metabolic mechanisms. This study aimed to analyze the relationship between the gut and brain in depression, focusing on the microbiota and the

communication pathways involved. A descriptive literature review was conducted, considering publications from 2022 to 2026, identified in the PubMed, PMC, SciELO, LILACS, Google Scholar, and Zenodo databases, as well as a book and an institutional document. The studies demonstrated associations between dysbiosis, inflammation, changes in intestinal permeability, metabolites, and neurotransmitters related to depression. Tryptophan metabolism is particularly noteworthy, especially through the serotonin and kynurenine pathways. In addition, stress, depressive symptoms, and antidepressants may modify the microbiota and intestinal function. It is concluded that the gut-brain interaction is complex and bidirectional, reinforcing the importance of intestinal health and diet in nutritional practice and in understanding the multifactorial nature of depression, considering its influence on metabolic, immune, and neurochemical processes involved in this axis.

Keywords: Depression; Gut microbiota; Gut-brain axis; Dysbiosis; Nutrition.

1. INTRODUÇÃO

A depressão é considerada um dos principais problemas de saúde pública da atualidade, afetando milhões de pessoas em todo o mundo e impactando significativamente a qualidade de vida, o funcionamento social e o desempenho das atividades cotidianas (OMS, 2026). Nos últimos anos, avanços científicos têm ampliado a compreensão sobre os mecanismos envolvidos no desenvolvimento da depressão, destacando-se a relação entre o sistema gastrointestinal e o sistema nervoso central, conhecida como eixo intestino-cérebro (Moreira *et al.*, 2023).

Esse eixo constitui uma rede complexa de comunicação bidirecional, envolvendo vias neurais, hormonais, imunológicas e metabólicas, permitindo a interação constante entre o intestino e o cérebro (Zhu *et al.*, 2022). Alterações na composição da microbiota, condição conhecida como disbiose, têm sido associadas ao surgimento ou agravamento de transtornos mentais, incluindo a depressão (Enders, 2023, p. 9). Este estudo se concentra na análise da interação entre a microbiota intestinal e o desenvolvimento da depressão, investigando como alterações intestinais podem influenciar o funcionamento cerebral e, por sua vez, como o transtorno depressivo pode afetar a saúde intestinal (Liu *et al.*, 2025).

Diante desse cenário, o presente trabalho busca responder à seguinte questão: como a microbiota intestinal influencia o desenvolvimento e a progressão da depressão, e de que forma o transtorno depressivo pode afetar a saúde intestinal (Naufel *et al.*, 2023). A relevância deste estudo é evidente tanto no âmbito acadêmico quanto social e clínico. No campo da nutrição, essa investigação ganha destaque, uma vez que evidências científicas têm demonstrado a relação entre a saúde intestinal e o funcionamento do cérebro (Rebouças *et al.*, 2022). Estudos apontam que a microbiota intestinal é capaz de produzir neurotransmissores e substâncias químicas que influenciam diretamente o funcionamento do cérebro, como a serotonina, que está relacionada à regulação do humor, do sono e das emoções (Castro *et al.*, 2022). Nesse contexto, a alimentação é um fator determinante da saúde intestinal (Silva *et al.*, 2024).

Apesar das evidências científicas apontarem para a existência da comunicação entre o intestino e o cérebro, ainda persistem questionamentos acerca dos mecanismos pelos quais essa relação

se manifesta em quadros depressivos (Bustos-Fernández; Hanna-Jairala, 2022). Assim, investigar se e como os componentes do eixo intestino-cérebro influenciam-se mutuamente pode contribuir para a compreensão dos mecanismos envolvidos na depressão e para o desenvolvimento de abordagens nutricionais mais eficazes (Pesarico *et al.*, 2023).

O objetivo geral deste estudo é analisar a relação entre o intestino e o cérebro na depressão, identificando fatores intestinais que possam influenciar o desenvolvimento de quadros depressivos (Faim *et al.*, 2024). Como objetivos específicos, pretende-se compreender as vias de comunicação envolvidas no eixo intestino-cérebro, investigar o papel da microbiota intestinal na modulação de neurotransmissores e processos inflamatórios relacionados à depressão e discutir como alterações intestinais podem contribuir para o surgimento ou agravamento de transtornos depressivos e vice-versa (Zhu *et al.*, 2022; O'riordan *et al.*, 2025).

2. METODOLOGIA

2.1. Tipo de estudo

O presente estudo caracteriza-se como uma revisão de literatura descritiva, realizada a partir do levantamento de livro, artigos e publicações científicas relacionadas à temática da relação entre o intestino e o cérebro na depressão. A revisão de literatura permitiu reunir e analisar conhecimentos já produzidos na área, possibilitando uma compreensão mais ampla acerca da interação entre a microbiota intestinal e o eixo intestino-cérebro.

Nesse contexto, o estudo buscou investigar, com base nos materiais científicos disponíveis, se há influência entre esses sistemas e de que

maneira essa comunicação pode estar relacionada ao desenvolvimento ou agravamento de transtornos depressivos.

2.2. Coleta de dados

Foram utilizados artigos científicos e documentos institucionais publicados entre 2022 e 2026, relacionados à microbiota intestinal, ao eixo intestino-cérebro e à depressão. As buscas foram realizadas nas bases PubMed, PMC, SciELO, LILACS, Google Scholar/Google Acadêmico e Zenodo, além de publicações de organismos oficiais, como a Organização Mundial da Saúde (OMS).

2.3. Análise de dados

Após a coleta, foi realizado o processo de identificação, triagem, seleção e inclusão dos materiais. Foram selecionados 51 materiais, dentre eles livros, artigos e publicações científicas após a triagem e exclusão dos materiais que não atendiam aos critérios estabelecidos. Destes, 44 estudos foram utilizados especificamente por abordarem a relação entre intestino e cérebro no contexto da depressão na população adulta, servindo como base para a construção do referencial teórico do presente estudo.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os estudos analisados demonstram que a relação entre intestino e cérebro na depressão apresenta caráter bidirecional, envolvendo diferentes mecanismos relacionados à microbiota intestinal, inflamação, metabólitos, neurotransmissores, eixo HPA, estresse e uso de antidepressivos. Dessa forma, os resultados permitem discutir tanto a influência de alterações intestinais sobre a depressão

quanto a interferência do transtorno depressivo sobre a saúde intestinal.

Tabela 1. Síntese dos estudos sobre a relação entre o eixo intestino-cérebro na depressão e sua interfluência em humanos.

Autor (Ano)	Amostra/População	Direção da relação	Mecanismo investigado	Principais resultados
Bosch <i>et al.</i> (2022)	Humanos, diferentes grupos étnicos	Intestino → cérebro	Microbiota intestinal e sintomas depressivos.	Associaram alterações da microbiota a sintomas depressivos.
Natasha <i>et al.</i> (2026)	1.802 participantes em duas coortes	Cérebro → intestino	Antidepressivos e microbiota.	Antidepressivos associados a alterações na microbiota.
Yang <i>et al.</i> (2026)	420 participantes	Intestino → cérebro	Microbiota, depressão e comportamento do sono REM.	Diferenças no microbioma entre indivíduos com depressão e controles.
Nikolova <i>et al.</i> (2025)	49 pessoas com TDM	Intestino → cérebro	Probiótico, microbiota e citocinas.	Microbiota saudável associada a benefícios imunológicos .
Gao <i>et al.</i> (2023)	4.883 participantes (2.091 com depressão e	Bidirecional	Alterações na microbiota intestinal, inflamação e	Menos bactérias produtoras de butirato e

	2.792 saudáveis)		produção de butirato.	mais pró-inflamatórias na depressão.
Gamboa <i>et al.</i> (2025)	24 estudos em humanos (898 participantes) e 48 estudos em animais (849 indivíduos)	Cérebro → intestino	Uso de antidepressivos e alterações na composição da microbiota intestinal.	Antidepressivos alteraram a composição da microbiota em pessoas com TDM.
Kaur <i>et al.</i> (2025)	224 estudos pré-clínicos e clínicos	Intestino → cérebro	Probióticos, prebióticos, simbióticos e pós-bióticos na depressão.	Melhora dos sintomas depressivos e da microbiota, inflamação e cortisol.
Rajasekera <i>et al.</i> (2024)	Gestantes	Cérebro → intestino	Estresse, depressão e microbiota intestinal.	Estresse e sintomas depressivos associados a alterações na microbiota intestinal.

Fonte: Autoria própria (2026).

Legenda: REM – *rapid eye movement*; TDM – transtorno depressivo maior; Eixo HPA – eixo hipotálamo-hipófise-adrenal; LPS – lipopolissacarídeo.

Os estudos apontam a disbiose intestinal como um dos principais fatores. Bosch *et al.* (2022) identificaram associação entre alterações da microbiota e sintomas depressivos, enquanto Gao *et al.* (2023) observaram, em indivíduos com depressão, menor presença de

bactérias produtoras de butirato e maior presença de bactérias potencialmente pró-inflamatórias. Resultados semelhantes são apresentados por Oliveira *et al.* (2024) e Vitorino *et al.* (2025), que relacionam o desequilíbrio da microbiota a processos inflamatórios e alterações neuroquímicas associados à depressão.

Além da composição da microbiota, os resultados indicam que os produtos do metabolismo microbiano também podem participar dessa relação. Chen *et al.* (2024) destacam a participação de metabólitos relacionados ao triptofano, à via da quinurenina, aos indóis e ao LPS. Kearns (2024) relaciona alterações da permeabilidade intestinal à neuroinflamação e à ativação da via da quinurenina. Manoel *et al.* (2025), por sua vez, relacionam a microbiota à produção e sinalização da serotonina. Assim, os fatores intestinais relacionados à depressão não se restringem à presença ou ausência de determinadas bactérias, mas envolvem também inflamação, metabólitos e alterações na sinalização neuroquímica.

Os achados sobre a microbiota também reforçam a influência do intestino sobre o cérebro. Nikolova *et al.* (2025) e Kaur *et al.* (2025) associaram alterações na microbiota a mudanças imunológicas, inflamatórias e hormonais, acompanhadas de melhora dos sintomas depressivos. Esses resultados sugerem que a saúde intestinal pode participar da regulação de mecanismos envolvidos na depressão.

Quanto à relação das vias pelas quais a depressão influencia o intestino e o intestino influencia o cérebro, os estudos demonstram a participação de diferentes sistemas de comunicação. Entre eles estão o eixo HPA, o sistema imunológico, o nervo vago, os neurotransmissores e os metabólitos produzidos ou modificados pela microbiota. Mayer *et al.* (2022), Yao *et al.* (2023), Wang,

Buffington e Salas (2024), Donoso *et al.* (2023) e Akif e Islam (2026) descrevem essa comunicação como bidirecional, na qual alterações intestinais podem repercutir sobre o cérebro, enquanto alterações relacionadas ao estresse e à depressão podem modificar o ambiente intestinal.

No sentido intestino-cérebro, a disbiose pode estar relacionada ao aumento de processos inflamatórios e à alteração da produção ou sinalização de substâncias envolvidas na comunicação neural. Chen *et al.* (2024), Kearns (2024), Manoel *et al.* (2025) e Patel *et al.* (2025) destacam diferentes mecanismos relacionados a metabólitos, neurotransmissores, inflamação e permeabilidade intestinal. Dessa maneira, os achados indicam que alterações intestinais podem alcançar o cérebro por meio de mecanismos metabólicos, imunológicos e neurais.

No sentido cérebro-intestino, os resultados destacam a influência do estresse e do tratamento farmacológico sobre o intestino. Natasha *et al.* (2026), em duas coortes com 1.802 participantes, e Gamboa *et al.* (2025) associaram o uso de antidepressivos a alterações específicas na microbiota intestinal, enquanto Sic *et al.* (2024) e Rajasekera *et al.* (2024) relacionaram o estresse e os sintomas depressivos a alterações na função intestinal e na composição da microbiota. Gamboa *et al.* (2025) observaram, especificamente, redução de *Faecalibacterium* e *Parasutterella* e aumento de *Bifidobacterium*. Esses achados reforçam que o cérebro pode influenciar o intestino tanto por mecanismos relacionados ao estresse quanto pelo tratamento da depressão.

Quanto à demonstração de se a depressão interfere no intestino ou se o intestino pode promover quadros depressivos, os resultados não

sustentam uma única direção causal. Os estudos de Bosch *et al.* (2022), Gao *et al.* (2023), Yang *et al.* (2026), Oliveira *et al.* (2024), Vitorino *et al.* (2025), Kearns (2024) e Manoel *et al.* (2025) apresentam evidências de que alterações intestinais podem estar relacionadas a processos envolvidos na depressão. Entretanto, Sic *et al.* (2024), Rajasekera *et al.* (2024) e Gamboa *et al.* (2025) demonstram que fatores relacionados ao cérebro, à depressão, ao estresse e ao tratamento antidepressivo também podem modificar a microbiota e a função intestinal.

Essa perspectiva é reforçada pelos estudos que classificaram a relação como bidirecional. Mayer *et al.* (2022), Yao *et al.* (2023), Moura *et al.* (2023), Donoso *et al.* (2023), Wang, Buffington e Salas (2024), Chen *et al.* (2024), Patel *et al.* (2025) e Akif e Islam (2026) evidenciam uma relação bidirecional entre intestino e cérebro, na qual alterações em um sistema podem repercutir sobre o outro por diferentes vias.

Yang *et al.* (2026) relacionaram alterações na microbiota de indivíduos com depressão ao comportamento do sono REM, indicando que essa relação pode envolver manifestações neurocomportamentais. Nikolova *et al.* (2025) e Kaur *et al.* (2025), por sua vez, associaram a modulação da microbiota a alterações nos sintomas depressivos, reforçando a importância do intestino como possível componente da interação.

Diante dos achados analisados, observa-se que a relação entre intestino e cérebro na depressão apresenta caráter bidirecional e envolve diferentes mecanismos. As evidências indicam que alterações intestinais podem estar relacionadas a mecanismos envolvidos na depressão, enquanto fatores associados à condição

depressiva também podem repercutir sobre a microbiota e o funcionamento intestinal. Assim, os resultados discutidos reforçam a complexidade dessa interação e a participação de múltiplas vias na comunicação intestino-cérebro.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os estudos analisados evidenciam uma relação bidirecional constante entre intestino e cérebro na depressão, envolvendo alterações na microbiota, inflamação, metabólitos, neurotransmissores e mecanismos neuroendócrinos (Fim *et al.*, 2023; Silva *et al.*, 2024; Maciel, 2025).

Assim, como foi demonstrado, são várias as vias envolvidas nessa comunicação, sejam elas endócrinas, metabólicas ou imunológicas. Dentre elas, destaca-se a via metabólica, especialmente o metabolismo do triptofano, que participa da síntese de serotonina e da via da quinurenina, podendo sofrer alterações diante de processos inflamatórios e mudanças na microbiota (Yan *et al.*, 2023; Du Hong *et al.*, 2023), com consequências importantes para essa comunicação, tendo em vista que grande parte da serotonina é produzida no intestino.

A presente revisão de literatura reforça a importância da alimentação e o comportamento alimentar também se relacionam a essa interação, considerando sua influência sobre a microbiota e a saúde intestinal (Lima, Rosa e Peçanha, 2022; Vieira, 2022; Aguiar, Catarina e Almeida, 2022).

Diante do exposto, para a área da Nutrição, esses achados consolidam a importância da saúde intestinal e da alimentação na compreensão dos mecanismos relacionados à depressão, dentro de

uma abordagem multiprofissional (Rebouças *et al.*, 2022; Zeiser *et al.*, 2024). Nota-se, da análise dos estudos, que além da comunicação ser eferente e aferente, as alterações no intestino, seja por inflamação, disbiose, permeabilidade, ou ainda, seja qual for a via, metabólica, endócrina ou imune, o intestino (SNE) irá interferir no quadro depressivo de alguma forma, assim como o quadro depressivo (SNC) interfere no intestino (Mello *et al.*, 2022).

Apesar das evidências dessa comunicação bidirecional, recomenda-se mais estudos clínicos consistentes e padronizados, para assim aprofundar a compreensão dos mecanismos envolvidos nessa interação e suas implicações para uma prática nutricional mais assertiva.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AGUIAR, Isadora Paneago; CATARINA, Santa Viviane; ALMEIDA, Simone Gonçalves de. **O comportamento alimentar e os desdobramentos da depressão.** Research, Society and Development, v. 11, n. 9, e2411931434, 2022. DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v11i9.31434>. Acesso em: 11 de fev. 2026.

AKIF, Adnan; ISLAM, Md Rabiul. **The microbiota-gut-brain axis in the pathophysiology of major depressive disorder: a mechanistic review.** Comprehensive Physiology, [S. l.], v. 16, n. 1, e70100, fev. 2026. DOI: 10.1002/cph4.70100. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/41534880/>. Acesso em: 17 ago. 2026.

BOSCH, J. A., NIEUWDORP M., ZWINDERMAN A.H., DESCHASAUX M., RADJABZADEH D., KRAAIJ R., DAVIDS M., de ROOIJ SR, Lok A. **The gut microbiota and depressive symptoms across ethnic groups.** Nat Commun. 2022 Dec 6;13(1):7129. DOI: 10.1038/s41467-022-34504-1.

PMID: 36473853; PMCID: PMC9726934. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36473853/>. Acesso em: 17 de ago. 2026.

BUSTOS-FERNÁNDEZ, Luís María; HANNA-JAIRALA, Ignacio. **Eixo cérebro-intestino-microbiota: importância na prática clínica.** Revista de Gastroenterología del Perú, v. 42, n. 2, p. 106–116, abr./jun. 2022. PMID: 36513356. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36513356/>. Acesso em: 10 abr. 2026.

CASTRO, Anna Carolina Xavier Campos Guimarães de et al. **Depressão e disbiose: evidências científicas.** RECIMA21 – Revista Científica Multidisciplinar, v. 3, n. 2, e321108, 2022. Disponível em: <https://recima21.com.br/index.php/recima21/article/view/1108>. Acesso em: 11 fev. 2026.

CHEN, Cong-Ya et al. **Impacts of microbiota and its metabolites through gut-brain axis on pathophysiology of major depressive disorder.** Life Sciences, [S. l.], v. 351, p. 122815, ago. 2024. DOI: 10.1016/j.lfs.2024.122815. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38866215/>. Acesso em: 17 ago. 2026.

DONOSO, Francisco et al. **Inflammation, lifestyle factors, and the microbiome-gut-brain axis: relevance to depression and antidepressant action.** Clinical Pharmacology and Therapeutics, [S. l.], v. 113, n. 2, p. 246-259, fev. 2023. DOI: 10.1002/cpt.2581. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35278334/>. Acesso em: 17 ago. 2026.

DU HONG; ZHANG, Chi; WU, Wenshuo; LU, Xiaohui. **Modulação do eixo intestino-cérebro pela microbiota intestinal: uma nova era no tratamento da esclerose lateral amiotrófica.** Front. Neurol.

14:1133546. DOI: 10.3389/fneur.2023.1133546. Disponível em: <https://www.frontiersin.org/journals/neurology/articles/10.3389/fneur.2023.1133546/full>. Acesso em: 02 de mar. 2026

ENDERS, Giulia. **O discreto charme do intestino: tudo sobre um órgão maravilhoso que controla o nosso corpo e a nossa mente.** Rio de Janeiro: Editora Sextante, 2023. 256 p. ISBN 978-65-5564-557-6.

FAIM, Raissa Fiorese Procópio; OLIVEIRA, Evandro Delmondez; TINEN, Gustavo Henrique; LIMA, Isabelle de Genaro; ROCHA, Maria Clara Gonçalves; VALE, Kamilly Lima do; TEIXEIRA, Luan Diego Marques. **Microbiota intestinal e depressão: Uma revisão de escopo explorando as interações subjacentes ao transtorno depressivo**, 2024. Research, Society and Development, v. 13, n. 4, e6113445507, 2024 (CC BY 4.0) | ISSN 2525-3409 | DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v13i4.45507>. Disponível em: <https://rsdjournal.org/rsd/article/download/45507/36279>. Acesso em: 11 de fev. 2026.

FIM, Gustavo Marques et al. **Análise comparativa do eixo intestino-cérebro: relação entre disbiose e depressão.** Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences , [S. l.], v. 5, n. 5, p. 704–717, 2023. DOI: 10.36557/2674-8169.2023v5n5p704-717. Disponível em: <https://bjih.emnuvens.com.br/bjih/article/view/663>. Acesso em: 12 fev. 2026.

GAMBOA, Jann et al. **Impact of antidepressants on the composition of the gut microbiome: a systematic review and meta-analysis of in vivo studies.** Journal of Affective Disorders, [S. l.], v. 369, p. 819-833, jan. 2025. DOI: 10.1016/j.jad.2024.10.042.

Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39424151/>. Acesso em: 17 ago. 2026.

GAO, Mingxue et al. **Gut microbiota composition in depressive disorder: a systematic review, meta-analysis, and meta-regression.** Translational Psychiatry, [S. l.], v. 13, n. 1, p. 379, dez. 2023. DOI: 10.1038/s41398-023-02670-5. Disponível em: <https://www.nature.com/articles/s41398-023-02670-5>. Acesso em: 17 ago. 2026.

KAUR, Simranjit et al. **A systematic review on gut microbiota consortium in the management of depression: preclinical and clinical evidence.** Psychoneuroendocrinology, [S. l.], v. 181, p. 107615, nov. 2025. DOI: 10.1016/j.psyneuen.2025.107615. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/41016139/>. Acesso em: 17 ago. 2026.

KEARNS, R. **Eixo Intestino-Cérebro e Neuroinflamação: O Papel da Permeabilidade Intestinal e da Via da Quinurenina em Distúrbios Neurológicos.** Cell Mol Neurobiol 44, 64 (2024). <https://doi.org/10.1007/s10571-024-01496-z>. Disponível em: <https://link.springer.com/article/10.1007/s10571-024-01496-z#citeas>. Acesso em: 02 de mar. 2026.

LIMA, S. L. G.; ROSA, V . H. C.; PEÇANHA, D. O. **Interferência da microbiota intestinal sobre o comportamento alimentar: Uma revisão de literatura.** Revista Saúde Coletiva, 2022. Disponível em: <https://revistasaudecoletiva.com.br/index.php/saudecoletiva/011384#:~:text=Sendo%20assim%2C%2%20o%20microbioma%20intestinal,horm%C3%B4nio%20da%20felicidade%E2%80%9D%20e%20o%20%20e%20o%20GABA>. Acesso em: 01 mar. 2026.

LIU, Panpan; OUYANG, Yerui; GAO, Ziyang; TAN, Jiayi; CHEN, Xiaodong; XIAO, Yiwen; WANG, Ya; LIU, Jiantao; LIU, Bin; GAO, Boliang; ZHU, Du. **Decifrando o eixo intestino-cérebro na depressão: insights mecanísticos e intervenções funcionais baseadas na microbiota.** Journal of Functional Foods, v. 133, p. 107029, out. 2025. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jff.2025.107029>. Acesso em: 10 abr. 2026

MACIEL, Rebeca da Costa. Centro Universitário Vale do Salgado (UNIVS) Bacharelado em Psicologia. **A conexão intestino-cérebro: influência da ansiedade no desenvolvimento de distúrbios gastrointestinais,** 2025. Disponível em: https://sis.univs.edu.br/uploads/12/FISIOTERAPIA/P_402.pdf. Acesso em: 19 de fev. de 2026.

MANOEL, Mariane Nobre; REIS, Cleyson Valença; POLIMENO, Ana Cristina Serra; OLIVEIRA, Dreisson Aguilera de. **Serotonina produzida no sistema gastrointestinal: relação entre depressão, hábitos saudáveis e boa microbiota.** Ciências Humanas; Ciências da Saúde, 25 dez. 2025. DOI: 10.5281/zenodo.18057131. Disponível em: <https://revistatopicos.com.br/artigos/serotonina-produzida-no-sistema-gastro-intestinal-relacao-entre-depressao-habitos-saudaveis-e-boua-microbiota>. Zenodo. Acesso em: 19 de fev. 2026.

MAYER, Emeran A.; NANCE, Karina; CHEN, Shelley. **The gut-brain axis.** Annual Review of Medicine, [S. l.], v. 73, p. 439-453, jan. 2022. DOI: 10.1146/annurev-med-042320-014032. Disponível em: <https://www.annualreviews.org/content/journals/10.1146/annurev-med-042320-014032>. Acesso em: 17 ago. 2026.

MELLO, Clara Giani de; HIGUTSI, Karine; ABREU, Laura Miranda; SCERVINO, Luiza de Jesus; RONCÁGLIO, Natália da Silva. **Correlação entre eixo cérebro-intestino e o desenvolvimento de ansiedade e depressão.** São Paulo, 2022. Disponível em: <http://repo.saocamilo-sp.br:8080/dspace/bitstream/123456789/1283/1/Clara%20Giani%20de%20Mello.pdf>. Acesso em: 19 de fev. de 2026.

MOREIRA, Nathalia Rayane Ferreira et al. **A ligação entre o intestino e a depressão: uma revisão sistemática dos mecanismos envolvidos no eixo intestino-cérebro.** Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação, São Paulo, v. 9, n. 9, p. 2475-2483, set. 2023. DOI: 10.51891/rease.v9i9.11320. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/11320>. Acesso em: 19 fev. 2026.

MOURA, Marcela Mamede de Araújo; MENDONÇA, Marcos Antônio; NOVAES, Mayra Rozalia Loureiro; SOUSA, Marianna Ramalho de; SANTOS, Marcella Simão dos. **A intrínseca relação da microbiota intestinal com a saúde mental.** Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação, [S. l.], v. 9, n. 3, p. 686–700, 2023. DOI: 10.51891/rease.v9i3.8704. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/8704>. Acesso em: 19 fev. 2026.

NATASHA, Eugenia Emile et al. **The effect of SSRI/SNRI antidepressant treatment on the gut microbiota of patients with major depressive disorder.** Communications Medicine, [S. l.], v. 6, n. 1, p. 399, jul. 2026. DOI: 10.1038/s43856-026-01782-5. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/42463908/>. Acesso em: 17 ago. 2026.

NAUFEL, Maria Fernanda et al. **O eixo microbiota-intestino-cérebro no tratamento de desordens neurológicas e psiquiátricas.** Arquivos de Neuro-Psiquiatria, 2023. DOI: <https://doi.org/10.1055/s-0043-1767818>. Acesso em: 10 de abr. de 2026.

NIKOLOVA, Viktoriya L. et al. **Exploring the mechanisms of action of probiotics in depression: results from a randomized controlled pilot trial.** Journal of Affective Disorders, [S. l.], v. 376, p. 241-250, maio 2025. DOI: 10.1016/j.jad.2025.01.153. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39924003/>. Acesso em: 17 ago. 2026.

O'RIORDAN, Kenneth J.; MOLONEY, Gerard M.; KEANE, Lily; CLARKE, Gerard; CRYAN, John F. **O eixo microbiota intestinal-imunidade-cérebro: implicações terapêuticas.** Cell Reports Medicine, Volume 6, Issue 3, 101982, 2025. Disponível em: <https://www.cell.com/cell-reports-medicine/fulltext/S2666-3791%2825%2900055-2>. Acesso em: 03 de mar. 2026.

OLIVEIRA, Ítalo Carneiro de et al. **A relação entre disbiose intestinal e depressão: um olhar sobre o eixo intestino-cérebro.** Revista Tópicos, 2024. DOI: 10.70773/revistatopicos/20241218172924. Disponível em: <https://revistatopicos.com.br/artigos/a-relacao-entre-disbiose-intestinal-e-depressao-um-olhar-sobre-o-eixo-intestino-cerebro#:~:text=Diversos%20estudos%20apontam%20que%20a,fatores%20chave%20associados%20%C3%A0%20depress%C3%A3o>. Acesso em: 11 de fev. 2026.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **Depressão será a doença mais comum do mundo em 2030, diz OMS,** 2026. Sociedade Brasileira de Clínica Médica. Disponível em:

<https://www.sbcm.org.br/v2/index.php?catid=0&id=1317>. Acesso em: 11 de mar. de 2026.

PATEL, Ruhina Afroz; PANCHE, Archana N.; HARKE, Sanjay N. **Gut microbiome-gut brain axis-depression: interconnection.** World Journal of Biological Psychiatry, [S. l.], v. 26, n. 1, p. 1-36, jan. 2025. DOI: 10.1080/15622975.2024.2436854. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39713871/>. Acesso em: 17 ago. 2026.

PESARICO, Ana Paula; VIEIRA, Angélica Thomaz; ROSA, Suzan Gonçalves. **Editorial: eixo intestino-microbiota-cérebro na depressão: mecanismos e possíveis terapias.** Frontiers in Behavioral Neuroscience, v. 17, p. 1221141, 2023. DOI: <https://doi.org/10.3389/fnbeh.2023.1221141>. Acesso em: 10 abr. 2026.

RAJASEKERA, Therese A. et al. **Stress and depression-associated shifts in gut microbiota: a pilot study of human pregnancy.** Brain, Behavior, & Immunity - Health, [S. l.], v. 36, p. 100730, mar. 2024. DOI: 10.1016/j.bbih.2024.100730. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10844036/>. Acesso em: 17 ago. 2026.

REBOUÇAS, Francília da Cruz; BARBOSA, Liliani Lira; NASCIMENTO, Lívia Ferreira do; FERREIRA, José Carlos de Sales; FREITAS, Francisca Marta Nascimento de Oliveira. **A influência da nutrição no tratamento e prevenção dos transtornos mentais: ansiedade e depressão.** Research, Society and Development, v. 11, n. 15, e57111537078, 2022. DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v11i15.37078>.

SIC, Aleksander; CVETKOVIC, Kiana; MANCHANDA, Eshanika; KNEZEVIC, Nebjsa Nick. **Implicações neurobiológicas do estresse crônico e da desregulação metabólica em doenças inflamatórias**

intestinais, 2024 Sep 18;12(9):220. DOI: 10.3390/diseases12090220. PMID: 39329889; PMCID: PMC11431196. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11431196/>. Acesso em: 02 de mar. 2026.

SILVA, Alanna Pastorio da; SOARES, Nandra Martins; MOMBELLI, Mônica Augusta. **A influência da microbiota intestinal no transtorno depressivo: uma revisão da literatura**. Revista Psicologia e Saúde em Debate, v. 10, n. 2, 2024. DOI: 10.22289/2446-922X.V10A2A2. Disponível em: <https://psicodebate.dpgpsifpm.com.br/index.php/periodico/article/download/1136/723/6844>. Acesso em: 04 de mar. 2026.

SILVA, Caren Priscila Wanderley da; CRUZ, Noele da Silva; SOUSA, Verônica Chaves; FREITAS, Francisca Marta Nascimento de Oliveira; LOBO, Rosimar Honorato. **A disbiose intestinal como fator de risco na alteração psicológica depressiva**. Brazilian Journal of Health Review, v. 7, n. 2, 2024. DOI: <https://doi.org/10.34119/bjhrv7n2-008>. Acesso em: 11 fev. 2026.

VIEIRA, Thomas Raubach Hoffmann. **Relação do eixo microbiota-intestino-cérebro nos sintomas de ansiedade e depressão com o consumo de fibras dietéticas: revisão da literatura**, 2022. Disponível em: <https://lume.ufrgs.br/handle/10183/252516>. Acesso em: 19 de fev. de 2026.

VITORINO, Helen Silva viajante; FRANÇA, Kaline Maria Chagas de; OLIVEIRA, Marcelo de Sousa. **A influência da microbiota intestinal na saúde mental: correlação entre desequilíbrio intestinal, ansiedade e depressão**. Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação, [S. l.], v. 11, n. 11, p. 7305–7315, 2025. DOI:

10.51891/rease.v11i11.22690. Disponível em:
<https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/22690>. Acesso em: 19
fev. 2026.

WANG, I-Ching; BUFFINGTON, Shelly A.; SALAS, Ramiro. **Microbiota-gut-brain axis in psychiatry: focus on depressive disorders**. Current Epidemiology Reports, [S. l.], v. 11, n. 4, p. 222-232, dez. 2024. DOI: 10.1007/s40471-024-00349-z. Disponível em:
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/40130013/>. Acesso em: 17 ago. 2026.

YAN, Mengyao; MAN, Shuli; SUN, Benyue; MA, Long; GUO, Lanping; HUANG, Luqi; GAO, Wenyan. **Eixo intestino-fígado-cérebro em doenças: implicações para intervenções terapêuticas. Terapia de alvo de tradução de sinal**. 6 de dezembro de 2023; 8:443. DOI: 10.1038/s41392-023-01673-4. PMCID: PMC10700720 PMID: 38057297. Acesso em: 03 mar. 2026.

YANG, Yuhua et al. **Gut microbiome in depression with and without REM sleep behavior disorder**. Molecular Psychiatry, [S. l.], v. 31, 2026. DOI: 10.1038/s41380-026-03773-3. Disponível em:
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/42493609/>. Acesso em: 17 ago. 2026.

YAO, Yao et al. **Evaluating the interactive effects of dietary habits and human gut microbiome on the risks of depression and anxiety**. Psychological Medicine, [S. l.], v. 53, n. 7, p. 3047-3055, maio 2023. DOI: 10.1017/S0033291721005092. Disponível em:
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35074039/>. Acesso em: 17 ago. 2026.

ZEISER, Caroline; COSTA, Eduarda Defante. RHODEN, Karen Leá. ROSA, Tiéli Vieira da. **Influência da nutrição na ansiedade e depressão: uma revisão integrativa**. Trabalho de Conclusão de Curso da Sociedade Educacional Santa Catarina, 2024. Disponível

em: <https://repositorio.animaeducacao.com.br/bitstreams/3c260441-1928-4306-9bb4-56fe55f9fbdb/download>. Acesso em: 11 de fev. 2026

ZHU, Fangyuan; TU, Huaijun; CHEN, Tingtao. **O eixo microbiota-intestino-cérebro na depressão: potenciais mecanismos fisiopatológicos e o efeito antidepressivo combinado da microbiota.** Nutrients, Basel, v. 14, n. 10, p. 2081, 2022. DOI: <https://doi.org/10.3390/nu14102081>. Acesso em: 10 de abril de 2026.

¹ Graduanda do Curso de Bacharelado em Nutrição do Centro Universitário FAMETRO. E-mail: [acesse o artigo original para visualizar o e-mail](#)

² Graduanda do Curso de Bacharelado em Nutrição do Centro Universitário FAMETRO. E-mail: [acesse o artigo original para visualizar o e-mail](#)

³ Graduanda do Curso de Bacharelado em Nutrição do Centro Universitário FAMETRO. E-mail: [acesse o artigo original para visualizar o e-mail](#)

⁴ Orientadora do TCC, Mestre em Ciência da Saúde pela Universidade Federal do Amazonas. Docente do Curso de Bacharelado em Nutrição do Centro Universitário FAMETRO. E-mail: [acesse o artigo original para visualizar o e-mail](#)

⁵ Co-orientador(a) do TCC, . Docente do Curso de Bacharelado em Nutrição do Centro Universitário FAMETRO. E-mail: [acesse o artigo original para visualizar o e-mail](#)

