



Probióticos revelam-se promissores nos casos de depressão leve a moderada

Os probióticos podem ser eficazes na redução dos sinais e sintomas depressivos nucleares nos pacientes que nunca se trataram e apresentam uma forma leve a moderada do transtorno depressivo, sugerem os resultados de um novo estudo-piloto.

Os pesquisadores liderados por Caroline Wallace, doutoranda da Queen's University, em Kingston (Canadá), descobriram que os transtornos do humor, a anedonia e os distúrbios do sono foram significativamente reduzidos com a terapia probiótica após apenas quatro semanas, com manutenção dos resultados na oitava semana.

Estas descobertas são de particular interesse porque os probióticos não estão associados a nenhum dos efeitos adversos dos antidepressivos atuais, e podem ser usados com segurança por períodos prolongados.

Esses resultados, dizem os pesquisadores, “sugerem que os probióticos podem ser eficazes no alívio dos sinais e sintomas depressivos, como as alterações do humor, a anedonia e a qualidade do sono”.

No entanto, eles reconhecem que a natureza aberta do estudo significa que “esses achados são sujeitos a vieses; por isso há indicação de realizar outros estudos com cegamento”. Já existem planos de realizar um ensaio controlado randomizado maior com o objetivo de resolver estas limitações.

Resultados de estudos pré-clínicos e clínicos sugerem que os probióticos melhoram os sinais e sintomas da depressão. A hipótese é que os efeitos sejam mediados pelo eixo intestino-cérebro, diminuindo a inflamação e aumentando os níveis de serotonina.

Para avaliar a eficácia dos probióticos em pacientes com depressão que nunca foram tratados, os pesquisadores realizaram um estudo-piloto com Probio'Stick, um suplemento probiótico que associa duas cepas diferentes sabidamente ativas no eixo intestino-cérebro: o *Lactobacillus helveticus* R0052 e o *Bifidobacterium longum*.

O estudo-piloto com oito semanas de intervenção e um único braço aberto teve a participação de dez pacientes com diagnóstico de transtorno depressivo maior, na vigência de um episódio depressivo.

Após um período inicial de triagem, os participantes foram avaliados quanto a uma série de sinais e sintomas clínicos da depressão, como humor, anedonia, ansiedade e distúrbios subjetivos do sono, ao início do estudo e na segunda, quarta e oitava semanas usando o protocolo Canadian Biomarker Integration Network.

Foram avaliados os marcadores moleculares de inflamação e dosados os níveis de triptofano e serotonina. Os pacientes foram submetidos à avaliação polissonográfica para aferição do sono objetivo.

Primeiros dias

No pôster apresentado no 13th World Congress of Biological Psychiatry a Dra. Caroline apresentou dados de cinco pacientes (média de idade de 21,2 anos), sendo quatro deles mulheres.

Nas amostras pareadas no teste t, os sinais e sintomas do humor pela Montgomery-Åsberg Depression Rating Scale melhoraram significativamente com a terapia probiótica, de uma pontuação média inicial de 24,4 para 14,0 na quarta semana e 11,0 na oitava semana.

Também houve melhora significativa na pontuação da anedonia, de uma média inicial de 36,2 na Snaith-Hamilton Pleasure Scale para 29,4 na quarta semana e 29,4 na oitava semana.

Observações semelhantes foram feitas para o sono, com pontuação no Pittsburgh Sleep Quality Index, melhorando de 9,2 ao início do estudo para 8,6 na quarta semana e 6,2 na oitava semana. Embora tenha havido uma tendência de diminuição da ansiedade com a terapia probiótica pelo State-Trait Anxiety Inventory, estes resultados não alcançaram significância.

Os próximos passos serão confirmar estas observações em um ensaio duplo-cego, randomizado e controlado por placebo usando o Probio'Stick. Os pacientes no braço do tratamento poderão aumentar a dose se não tiverem respondido. Os pacientes no braço do placebo que não responderem poderão mudar para o tratamento ativo após oito semanas.

O plano é recrutar 108 pacientes no total. As avaliações clínicas e moleculares serão ampliadas para capturar uma gama mais abrangente de medidas, e os pesquisadores também realizarão uma série de avaliações de neuroimagem.

Caroline disse ao Medscape que, “embora o uso de probióticos como opção terapêutica para os pacientes com depressão seja cada vez mais viável, definitivamente ainda não chegamos lá”.

“Este é um estudo-piloto. Os resultados são muito preliminares. Aparentemente são de fato promissores, mas realmente precisamos acompanhar isso com ensaios clínicos duplos-cegos e randomizados... porque isso é o que realmente é necessário para comprovar a existência de um efeito”, disse ela.

Caroline acredita que se os resultados forem confirmados no ensaio controlado randomizado, uma das vantagens dos probióticos será o perfil de efeitos adversos extremamente favorável em comparação com o tratamento antidepressivo convencional.

“Até 60% dos pacientes suspendem o uso dos antidepressivos nos três primeiros meses de tratamento, e uma das razões mais comuns para isso são os efeitos colaterais”, disse ela.

Por outro lado, os probióticos “não causam náuseas, vômitos, cefaleia, ideação suicida, disfunção sexual, e você pode tomar por períodos prolongados. Este com o qual trabalhamos é um suplemento alimentar de uso diário; você simplesmente toma isso uma vez ao dia e definitivamente pode tomar durante muito tempo”.

Nova abordagem terapêutica inovadora

O Dr. Paolo Brambilla, PhD, psiquiatra do Dipartimento de Neuroscienze e Salute Mentale, Fondazione IRCCS Ca' Granda Ospedale Maggiore Policlinico, Università degli Studi di Milano em Milão (Itália), que foi diretor da apresentação de pôsteres no evento, disse ao Medscape que esta é “uma abordagem nova, inovadora”.

“É um estudo muito bem desenhado. Estes são resultados preliminares, mas promissores. Claro, estes não são pacientes internados ou pacientes que sofrem de ideação suicida. Trata-se de pacientes ambulatoriais com depressão leve a moderada, mas parece que, após oito semanas, apresentam melhora, particularmente do humor”, disse o médico.

O Dr. Brambilla observou que o efeito sobre os outros sinais e sintomas nucleares da depressão não foi tão impressionante.

“Naturalmente, estes achados precisam ser ampliados e confirmados pelo estudo completo, com os números planejados nos braços do placebo e do probiótico. Mesmo assim é muito interessante”, acrescentou Dr. Bambrilla.

A pesquisa foi realizada em associação com a Lallemand Health Solutions, que comercializa o Probio'Stick e o Ontario Brain Institute. Não foram divulgadas relações financeiras relevantes.

13th World Congress of Biological Psychiatry. Pôster P-05-015, apresentado em 19 de junho de 2017.

Fonte: [Medscape](#)

[Read More](#)
