

INFLUENCIA DE LA ALIMENTACIÓN EN LA MODULACIÓN DE LA MICROBIOTA INTESTINAL Y SU RELACIÓN CON TRASTORNOS DE SALUD MENTAL

Estudiantes: AGUSTINA DE LISA, ALEJANDRA NOGUEIRA, DANIELA GONZALEZ, JULIETA LUZARDO, SOFÍA AMARELLE, PAULA DÍAZ

Tutora: Profesora Titular de Investigación. Dra. Cecilia Scorza Cotutora: Lic. Marisabel Charlo
Unidad Académica Área de Investigación

Escuela de Nutrición, Universidad de la República, Montevideo, Uruguay. Correo electrónico del tutor: scorzacecilia@gmail.com

INTRODUCCIÓN:

Los trastornos de ansiedad y depresión, son un gran problema de salud pública a nivel mundial, y en Uruguay afectan al 10% de la población adulta. La microbiota intestinal (MI), se define como el conjunto de MO que coexisten de manera simbiótica en el intestino del huésped, la cual posee funciones protectoras, metabólicas y estructurales. El eje intestino-cerebro (EIC) conecta la MI con el Sistema Nervioso Central (SNC), a través de tres vías: neural, endocrina e inmunitaria. Recientemente, la evidencia sugiere que la alimentación es capaz de modular la composición y funcionalidad de la MI e impactar a través del EIC sobre la salud mental.

OBJETIVO:

Analizar el rol de la alimentación en la modulación de la microbiota intestinal y su relación con trastornos de salud mental como depresión y ansiedad.

METODOLOGÍA:

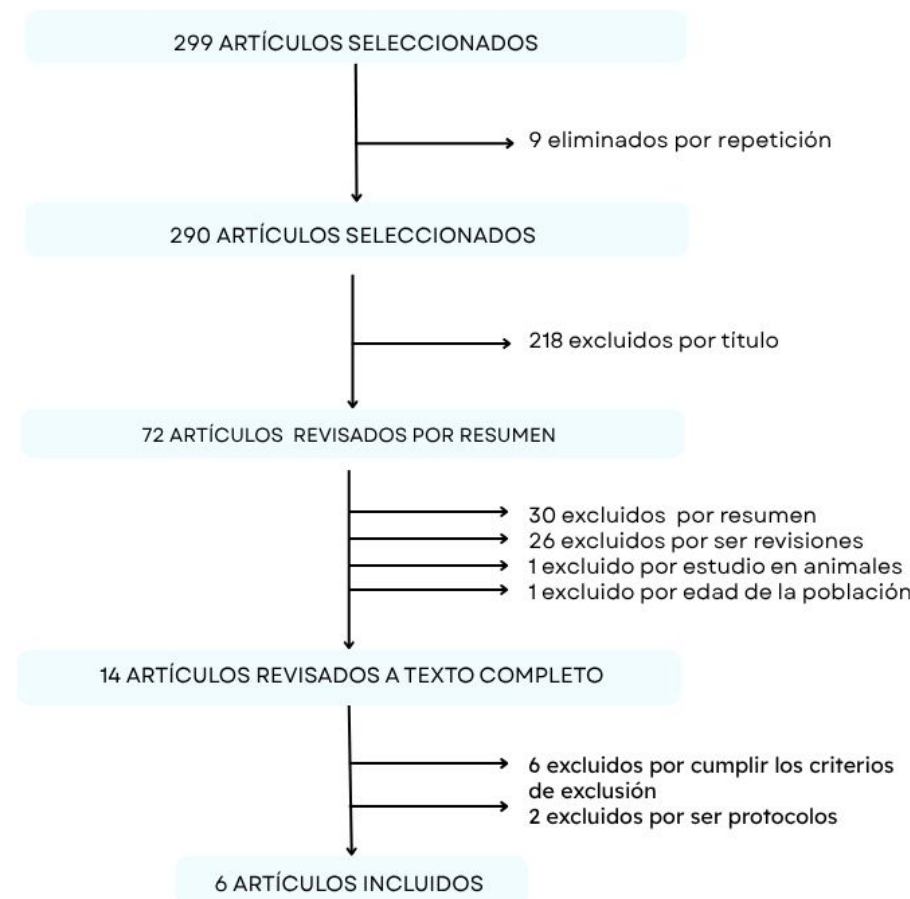
Se realizó una búsqueda bibliográfica en las bases de datos Pubmed y Ebsco con la sintaxis de búsqueda: (Diet) AND ((gut microbiota) OR (gut microbiome)) AND ((anxiety) OR (depression)).

La selección de artículos fue basada en los criterios de inclusión y exclusión (ver diagrama de selección)

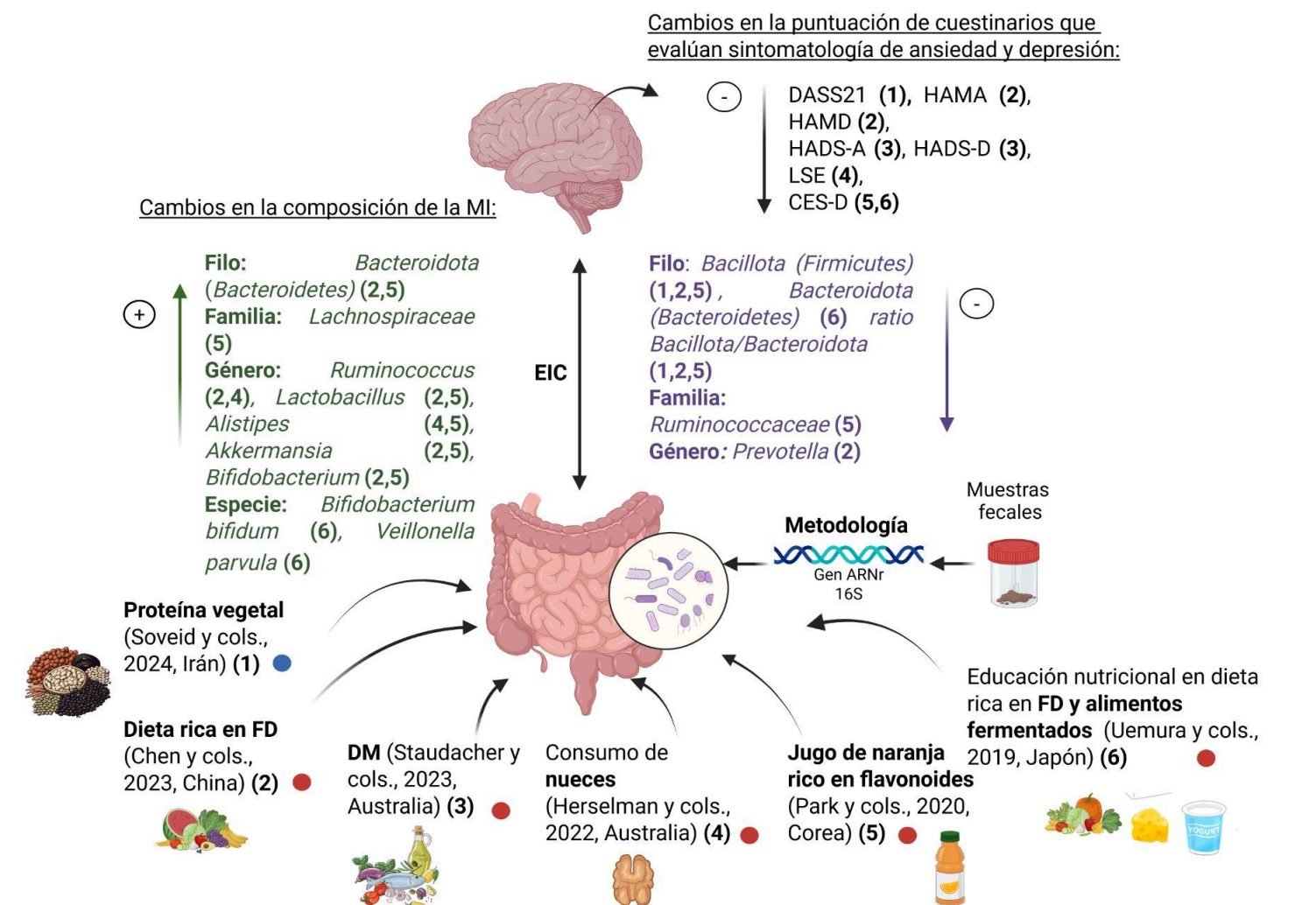
CONCLUSIONES:

Los resultados de esta revisión evidencian la importancia del EIC como modulador de la MI y la sintomatología de estos trastornos, en respuesta a intervenciones dietéticas. En los estudios seleccionados la inflamación, el estrés oxidativo y el metabolismo del triptófano fueron los principales mecanismos asociados a la sintomatología de la ansiedad y depresión.

Diagrama de selección:



RESULTADOS:



EIC: Eje intestino-cerebro, MI: Microbiota intestinal, FD: Fibra dietética, DM: Dieta Mediterránea, ● Estudio transversal, ● Ensayo clínico aleatorizado