

# HUMANIZE

Edição 47 - Junho de 2020  
Uma publicação do Grupo HumanAlimentar

PROFISSIONAL

Boa leitura!

## Microbiota intestinal e Covid-19, possíveis vínculos e implicações

Autores: Debojyoti Dhar, Abhishek Mohanty

Fonte: Dhar D, Mohanty A, **Gut microbiota and Covid-19- possible link and implications**, Virus Resarcce (2020).

Clique [aqui e acesse o artigo original](#).



Atualmente, vivenciamos a pandemia mundial, em decorrência do vírus (SARS-CoV-2), publicamente, denominado de COVID – 19. Sabe-se, que uma vez presente no organismo, esse vírus implica em doenças infecciosas, primariamente de foco pulmonar. Afinal, no epitélio alveolar, encontram-se receptores específicos (ACE2), por meio dos quais, o vírus faz a sua ligação, e conseqüentemente, seu quadro infeccioso. **No entanto, pesquisas recentes, evidenciaram esses mesmos receptores, nas células intestinais, especificamente, nos enterócitos.** E, em adição, alguns autores, evidenciaram a presença do RNA do vírus (SARS-Cov2), nas fezes (diarrea) de alguns pacientes positivos para o COVID-19. Diante desses achados literários, observa-se uma possível relação existente entre eixo intestinal (microbiota intestinal) x sistema pulmonar.

A microbiota intestinal é constituída por microorganismos, dos quais fazem parte as bactérias, vírus e fungos. Uma vez presentes e de “forma harmônica” auxiliam na regulação de diversas funções fisiológicas do hospedeiro, das quais fazem parte a digestão, absorção e **imunidade protetora contra patógenos.** **Estudos recentes, reportam que de forma majoritária, predominam na microbiota intestinal, Bacteroidetes e Firmicutes, os quais curiosamente, também, preponderam nas células pulmonares,**

com a adição das Proteobacterias. E, curiosamente, a microbiota intestinal demonstrou afetar a saúde pulmonar, por meio de uma “conversa” cruzada existente entre microbiota intestinal e células pulmonares, caracterizando, assim, o denominado “eixo intestinal – pulmonar”. Observa-se que essa relação pode ser bidirecional. Ou seja, as endotoxinas e metabólitos microbianos podem afetar o pulmão, por meio da corrente sanguínea, assim como também, inflamações pulmonares, podem afetar a microbiota intestinal. E, essa correlação levanta a possibilidade de que o SARS-CoV-2, também, pode ter um impacto na microbiota intestinal.

Hoje, evidencia-se que os idosos são considerados o grupo de maior risco para o COVID-19. E, esses indivíduos, muitas vezes, apresentam quadro de disbiose intestinal, fato esse que vai corroborar, muitas vezes, para o comprometimento imunológico. **E, em adição, como há essa “conversa cruzada” entre intestino e pulmão, a literatura científica reporta que na presença do COVID-19, a condição da microbiota intestinal, pode influenciar negativamente na manifestação clínica da doença.**

No entanto, existem diversos fatores, na prática clínica que corroboram para a etiologia da disbiose intestinal. Alimentação desequilibrada, estresse sistêmico e a presença do quadro inflamatório, são fatores que isolados ou associados produzem alterações agudas na microbiota intestinal e, conseqüentemente, diminui a competência imunológica do indivíduo.

**Assim, observa-se que assegurar a integridade da microbiota intestinal é uma forma de fortalecer o sistema imunológico, além de, diminuir informações cruzadas existentes entre intestino x sistema pulmonar.** Para tanto, adotar estratégias que auxiliem nesse processo é uma medida preventiva eficaz.

**Dentre as estratégias terapêuticas, recomenda-se a utilização de fibras alimentares com características prebióticas. Diversos estudos científicos demonstram que a ingestão de fibras prebióticas (inulina, polidextrose e fibra de milho) melhorou a imunidade, especialmente, em indivíduos idosos.** Em adição, é importante destacar, que além dos efeitos dos prebióticos na composição da microbiota intestinal, a sua ingestão, otimiza os marcadores imunológicos, bem como, reduz alguns marcadores inflamatórios (IL – 6, IL – 10). Além disso, essas fibras prebióticas ao fermentarem no intestino, dão origem aos ácidos graxos de cadeia curta. E, alguns autores reportam que quando presentes, esses ácidos exercem ação protetiva contra inflamações no tecido pulmonar.

Diante desses achados e correlações existentes, é possível que a disbiose intestinal influencie na manifestação clínica do COVID-19. Em conclusão, observa-se que a modulação da microbiota intestinal é uma estratégia que deve ser considerada. Afinal, diversos fatores podem alterar a composição do microbioma intestinal, dentre os quais fazem parte, a microbiota pulmonar.

---

## Humalin Sol Fiber ®:



Fibras solúveis para regularização do trânsito intestinal com efeito prebiótico

- + Blend de fibras solúveis (Polidextrose, Fibra do Milho Solúvel, Inulina e Goma Guar);
- + Apresenta 10 gramas de fibras por sachê;
- + Melhora a tolerância gástrica;
- + Efeito prebiótico;
- + Prático, versátil e sem sabor;
- + Menor produção de gases.

---

## Recomendação Posológica

+ Adicione 1 sachê em 1 copo de 200ml de água ou líquido de sua preferência. Ingerir conforme orientação do profissional médico ou nutricionista.



**Porquê para nós, ser Humana é cuidar de você,  
para que você possa se cuidar e cuidar dos seus  
com o amor e carinho que a saúde e a vida  
merecem!**

 /humanalimentar

 /humanaalimentar

 /company/humana-alimentar

[www.humanaalimentar.com.br](http://www.humanaalimentar.com.br)

[www.lojahumanaalimentar.com.br](http://www.lojahumanaalimentar.com.br)