



OS EFEITOS DA INTERVENÇÃO DIETÉTICA NA MICROBIOTA INTESTINAL NO DIABETES MELLITUS TIPO 2

ISABELA DE SOUZA PACHECO; LARISSA LAILA DALLAZEN; BRENDA PREVEDELLO FIORIN; EDUARDO ARALDI DIDONÉ; MARIA FERNANDA ALLEGRETTI FURIAN

Introdução: O Diabetes Mellitus tipo 2 (DM2) é uma doença metabólica crônica multifatorial, incluindo predisposição genética, sedentarismo e hábitos alimentares inadequados, sendo uma das principais causas de morbimortalidade no mundo. Nos últimos anos, estudos têm demonstrado a influência da microbiota intestinal na regulação metabólica, sugerindo que a disbiose pode estar diretamente relacionados à progressão da resistência à insulina e à inflamação sistêmica de baixo grau, características marcantes do DM2. **Objetivo:** Analisar os efeitos da intervenção dietética na microbiota intestinal em pacientes com DM2, destacando mecanismos envolvidos na modulação microbiana e implicações para o controle glicêmico e a saúde metabólica. **Metodologia:** Foi realizada uma revisão sistemática da literatura utilizando as bases de dados UpToDate, PubMed e Sociedade Brasileira de Diabetes, considerando publicações entre 2013 e 2023, com descritores: “DIETÉTICA E DM2”, “MICROBIOTA INTESTINAL E DM2”, “DISBIOSE”. Os critérios de inclusão envolveram estudos experimentais e observacionais em humanos. Estudos duplicados, não escritos em inglês ou sem acesso ao texto completo foram excluídos, avaliando o total de 11 artigos, os quais foram sintetizados e incluídos neste trabalho. **Resultados:** A microbiota intestinal desempenha um papel essencial na digestão de fibras alimentares, produção de ácidos graxos de cadeia curta, modulação do sistema imunológico e regulação da permeabilidade intestinal. Alterações na composição da microbiota, como a redução de bactérias benéficas e o aumento de microrganismos pró-inflamatórios, podem contribuir para a disfunção metabólica observada em pacientes com DM2. Diante disso, a intervenção dietética tem sido amplamente investigada como uma estratégia potencial para modular a microbiota intestinal e melhorar a homeostase glicêmica, reforçando a importância de padrões alimentares ricos em fibras, prebióticos e probióticos na prevenção e manejo do DM2. **Conclusão:** Em suma, a dietética demonstrou promover o crescimento de bactérias benéficas, associado à melhora da sensibilidade à insulina e à integridade da barreira intestinal. Embora os resultados sejam encorajadores, ainda são necessários ensaios clínicos, de longo prazo e com maior padronização metodológica para confirmar os benefícios terapêuticos das intervenções dietéticas sobre o eixo intestino-metabolismo. Portanto, a alimentação deve ser considerada não apenas uma ferramenta nutricional, mas também um componente terapêutico no manejo do DM2, destacando a importância da individualização do plano alimentar e da integração entre nutricionistas e equipe multiprofissional.

Palavras-chave: **DISBIOSE; NUTRIÇÃO; RESISTÊNCIA INSULÍNICA**