

Mecanismos de defesa dos probióticos contra patógenos

específicos

Uma das ações mais comentadas dos probióticos no organismo humano é a defesa contra microrganismos que são capazes de nos provocar doenças, os chamados patógenos. Porém, o que nem sempre fica claro é a forma pela qual os probióticos o fazem, ou seus mecanismos de atuação na defesa do organismo. Isso porque estes mecanismos ainda não foram plenamente estabelecidos, mas muito já foi descoberto a respeito, sendo possível explicá-los consistentemente, ainda que de forma parcial¹.

Para que os patógenos possam exercer seus efeitos negativos sobre nosso trato gastrintestinal e, conseqüentemente, sobre todo o organismo, é necessário que eles consigam se aderir à mucosa intestinal e ali se reproduzir, o que chamamos de colonização da mucosa; que consigam sobreviver em ambiente intestinal e obter os nutrientes de que necessitam. De acordo com o que os estudos têm comprovado, os probióticos são capazes de atuar justamente contra estes fatores, impedindo a atuação negativa dos patógenos².

Primeiramente eles impedem a adesão e colonização dos patógenos à mucosa intestinal, já que aderem a ela de maneira mais eficiente e ocorre uma espécie de impedimento físico: estando a mucosa “ocupada” pelas bactérias probióticas, não há espaço nem receptores disponíveis aos patógenos^{2,3}.

Como uma segunda forma de atuação, os probióticos são capazes de produzir substâncias com atividade antimicrobiana, tornando o ambiente intestinal inviável para a sobrevivência e multiplicação de bactérias patogênicas^{2,3}.

E por fim, eles são capazes de aumentar a absorção de nutrientes de maneira bem mais eficiente, limitando o alcance destes substratos para os patógenos, uma vez que os probióticos passam a fazer parte da

microbiota intestinal e estabelecem uma relação positiva com o hospedeiro¹.

Destas três maneiras simples e, ao mesmo tempo, eficientes, a presença de probióticos no intestino auxilia na prevenção de diversas doenças provocadas por microrganismos.

Referências

1. BARRETO, G.P.M.; SILVA, N. SILVA, E.N.; BOTELHO, L.; YIM, D.K.; ALMEIDA, C.G; SABA, G.L. Quantificação de *Lactobacillus acidophilus*, Bifidobactérias e bactérias totais em produtos probióticos comercializados no Brasil. *Brazilian Journal of Food Technology*, v.6, n.1, p.119-126, jan./jun., 2003
2. FOOKS, L.J.; GIBSON, G.R. Probiotics as modulators of the gut flora. *British Journal of Nutrition*, v.88, n.1, p.39-49, 2002.
3. MORAIS, M.B.; JACOB, C.M.A. The role of probiotics and prebiotics in pediatric practice. *Jornal de Pediatria*, v.82, n.5, p.189-97, 2006.