

Microflora Intestinal: o que é e como se forma

gerais

O corpo humano abriga uma grande quantidade de bactérias, tanto benéficas quanto prejudiciais, mas é no trato gastrointestinal que pode ser encontrada a maior quantidade e diversidade de espécies destes microrganismos, mais especificamente no intestino grosso (ou cólon intestinal), onde as bactérias encontram as condições mais favoráveis para sua proliferação: ausência de secreções, movimentos intestinais lentos e abundante suprimento de nutrientes¹.

A população bacteriana que reside no intestino recebe o nome de microflora intestinal, e o indivíduo que as abriga é denominado hospedeiro. Estima-se que esta população seja composta por 300 a 500 diferentes espécies, dependendo do hospedeiro².

Apesar de a presença da microflora intestinal ser normal e desejável, nascemos com o intestino estéril, ou seja, ele não apresenta nenhum tipo de microrganismo. É o contato com a mãe e o ambiente que possibilitam a chegada das bactérias ao intestino dos bebês e seu estabelecimento neste local, o que chamamos de processo de colonização. Alguns fatores são de extrema importância neste processo, influenciando na regulação e estabilização da população bacteriana intestinal: o tipo de parto, a modalidade de aleitamento (materno ou artificial), o uso de antibióticos, a carga genética, o sistema imune do hospedeiro, a presença ou não de contaminação ambiental, entre outros. Ao longo do tempo, as espécies que entraram em contato com o intestino e se apresentaram mais persistentes são “positivamente selecionadas”, enquanto que outras são eliminadas. Este processo se desenrola intensamente até próximo aos dois anos de idade, época em que a composição da microflora se estabiliza^{1,3}.

Apesar de os efeitos prejudiciais das bactérias serem sempre mais lembrados, a ciência vem descobrindo e comprovando que a interação entre a microflora intestinal e o

hospedeiro pode se revelar extremamente benéfica à saúde, sob diversos aspectos¹. Isto porque, dentre as bactérias que colonizam o cólon intestinal, existe uma parcela que pode ocasionar danos às células intestinais, promover diversas doenças, e até se aproveitar do hospedeiro sem necessariamente prejudicá-lo, mas existem também aquelas classificadas como apatogênicas (que não ocasionam doenças) e protetoras da mucosa intestinal, como os lactobacilos e as bifidobactérias⁴. Os benefícios ao hospedeiro são garantidos quando estes dois tipos de bactérias (patogênicas e apatogênicas) estão em equilíbrio, e, desta forma, podem predominar os efeitos benéficos das bactérias protetoras⁵.

Referências

1. BRANDT, K.C.; SAMPAIO, M.M.S.C.; MIUKI, C.J. Importância da microflora intestinal. *Pediatria, São Paulo*, v.28, n.2, p.117-27, 2006.
2. GUARNER, F.; MALAGELADA, J.R. Gut flora in health and disease. *The Lancet*, n.361, p.512-9, 2003.
3. ZOETENDAL, E.G.; AKKERMANS, A.D.L.; AKKERMANS-VAN VLIET, W.M.; DE VISSER, J.A.G.M.; DE VOS, W.M. The host genotype affects the bacterial community in the human gastrointestinal tract. *Microbial Ecology in Health and Disease*, n.13, p.129-34, 2001.
4. NEISH, A.S. The gut microflora and intestinal epithelial cells: a continuing dialogue. *Microbes and Infection*, v.4, n.3, p.309-17, 2002.
5. SCHIFFRIN, E.J.; BLUM, S. Interactions between the microbiota and the intestinal mucosa. *European Journal of Clinical Nutrition*, v.56, n.3, p.60-64, 2002.