

EFICÁCIA DO PROBIÓTICO *LACTOBACILLUS PLANTARUM* NA REDUÇÃO DE COLESTEROL E TRIGLICÉRIDES

Pedro Henrique Rodrigues Guerra¹; Neide Márjore Santos Almeida²; Beatriz Costa de Oliveira³; Marcos Vinícius Milki⁴.

RESUMO

DOI: 10.47094/978-65-6036-445-5/43

INTRODUÇÃO: O probiótico *Lactobacillus Plantarum* é uma resiliente bactéria gram-positiva, existente na saliva humana e no trato gastrointestinal. O probiótico apresentou um forte efeito regulatório geral em doenças cardiovasculares, na proteção do fígado e na prevenção de doenças agudas ou crônicas, na qual incluem a reparação da mucosa intestinal e maior capacidade antioxidante. Além disso, é possível destacar os benefícios para o controle da hiperlipidemia, que pode ser caracterizada como o aumento isolado ou conjunto de colesterol e triglicerídeos. O presente estudo avaliou o efeito regulador do probiótico *Lactobacillus Plantarum* em relação ao perfil lipídico do sangue e os níveis inflamatórios e antioxidantes. **OBJETIVOS:** Analisar a eficácia do probiótico *Lactobacillus Plantarum* na redução de colesterol e triglicerídeos. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma revisão sistemática de literatura a partir da base de dados PubMed, realizada no dia 10 de janeiro de 2024, com os descritores “lactobacillus plantarum”, “triglycerides” e “cholesterol”, associados ao operador booleano “AND” e com o filtro “free full text” e “in the last 5 years”. Foram identificados 28 artigos, dos quais 20 foram selecionados para a leitura do texto completo. O parâmetro utilizado para a seleção dos artigos foi a relação com o tema a ser estudado e o objetivo descrito. **RESULTADOS:** A administração do probiótico *Lactobacillus Plantarum* demonstra benefícios na saúde cardiovascular, hepática e no perfil lipídico. Os resultados da administração dos probióticos contendo essa bactéria gram-positiva foram: redução significativa no peso corporal e no IMC; redução nos níveis de colesterol total, triglicerídeos, colesterol LDL e índice aterogênico; redução de fatores cardíacos séricos; menor teor de colesterol no fígado. Considerando pacientes obesos, é evidente que a disbiose da microbiota intestinal é reconhecida como um grande contribuidor para as doenças crônicas humanas, incluindo a obesidade. Assim, a ingestão do *Lactobacillus Plantarum* influenciou positivamente a função da barreira intestinal, regulou biomedadores pró-inflamatórios e modificou os perfis da microbiota intestinal, aumentando a diversidade microbiana. Ademais, a suplementação com o probiótico apresentou uma tendência de inibição do crescimento de adipócitos e redução da acumulação intracelular de lipídeos, além de promover o aumento da atividade da lipoproteína lipase (LPL) que indicou uma transformação eficiente dos triglicerídeos e alívio da patologia hepática. **CONCLUSÃO:** As conclusões obtidas destacam o probiótico *Lactobacillus Plantarum* como uma promissora intervenção na promoção da saúde cardiovascular e hepática, além da melhoria significativa do perfil lipídico. Os resultados reforçam a importância da pesquisa sobre probióticos, o uso estratégico deste probiótico pode ser considerado como uma abordagem complementar na gestão de condições relacionadas ao perfil lipídico, obesidade e saúde cardiovascular.

PALAVRAS-CHAVE: Colesterol. *Lactobacillus Plantarum*. Probiótico. Triglicérides.