

A DIETA FODMAPS NA SÍNDROME DO CÓLON IRRITÁVEL E A RELEVÂNCIA DA TERAPIA NUTRICIONAL ESPECÍFICA CONCOMITANTE AO TRATAMENTO MEDICAMENTOSO E PSICOTERÁPICO

Congresso Online de Nutrição Integrativa., 1ª edição, de 30/11/2020 a 02/12/2020
ISBN dos Anais: 978-65-86861-59-4

VAZ; Caroline Fernandes Costa ¹

RESUMO

Caracterizada como um distúrbio funcional do intestino, a Síndrome do Cólon Irritável (SCI) apresenta evolução crônica e é responsável por, aproximadamente, 28% de consultas a gastroenterologistas. Entre os sintomas, encontram-se alteração do hábito intestinal (diarreia, constipação ou alternância de ambas), dor e desconforto abdominal. O diagnóstico é feito pela avaliação clínica do paciente por meio dos critérios de Roma III, os quais caracterizam os sintomas da doença em contínuos/ recorrentes desconfortos abdominais, com, no mínimo, doze semanas de evolução. Diante disso, o presente trabalho objetivou elucidar, por meio de uma revisão bibliográfica, os fatores causais da doença nos seus vários delineamentos clínicos e a eficácia do tratamento dietoterápico correlacionado ao medicamentoso e psicoterápico. Perante a complexidade da fisiopatologia, o diagnóstico é padronizado, mas o tratamento deve ser individualizado, considerando que cada indivíduo é único e manifesta os sintomas de forma singular. Terapias nutricionais vêm ganhando força, a exemplo da dieta com baixos teores de carboidratos de cadeia curta fermentáveis (FODMAPs), porque estes são associados ao aparecimento dos sintomas. Todavia, essa dieta mostra-se efetiva para o alívio de distensão/ dor abdominal e flatulência, mas não a outras manifestações, sendo necessário detectar as causas dos sintomas e implementar um tratamento multidisciplinar. Assim, identificar os fatores causais da doença, possibilitou sugerir propostas de intervenções nutricionais por meio de dietas específicas/ individuais, associando-as ao tratamento medicamentoso e psicoterápico, oportunizando um melhor prognóstico da doença em seus vários delineamentos clínicos.

PALAVRAS-CHAVE: Nutrição integrativa, Dieta FODMAPs, Síndrome do cólon irritável, Tratamento multidisciplinar

¹ ANHANGUERA UNIDERP, carol_c_vaz@hotmail.com