



I SEVEN
CONGRESS OF HEALTH

O impacto da abordagem dietoterápica em mulheres com diagnóstico de síndrome do intestino irritável: revisão de literatura

The impact of the dietotherapeutic approach in women diagnosed with irritable bowel syndrome: a literature review

Bianca Fattori de Menezes⁷⁰

Juliana Medeiros⁷¹

Janaina Michelle Oliveira Nascimento⁷²

Jeniffer Michelline de Oliveira Custodio⁷³

1 INTRODUÇÃO

A Síndrome do Intestino Irritável (SII) consiste em um distúrbio intestinal e funcional, com diagnóstico a partir da sintomatologia: dor e desconforto abdominal, correlacionados com alteração na frequência das evacuações e formato das fezes. A população feminina é mais atingida, com prevalência de 73% (WHO, 2009). Os pacientes com SII apresentam maior comprometimento de sua Qualidade de Vida (QV) em comparação com a população saudável. Os indivíduos apresentam o desenvolvimento e amplificação da sintomatologia após o consumo alimentar (LONGSTRETH *et al.*, 2006; ESWARAN *et al.*, 2017; SWERWIN *et al.*, 2017; DROSSMAN *et al.*, 2000).

2 OBJETIVOS

⁷⁰ Discente do Curso de Nutrição

Instituição: Centro Universitário Unigran Capital – Campo Grande -MS – Brasil

Endereço: R. Balbina de Matos, 2121 - Jardim Tropical, Dourados – MS

CEP: 79824-900

⁷¹ Supervisora de estágio do curso de Nutrição

Instituição: Centro Universitário Unigran Capital – Campo Grande -MS – Brasil

Endereço: R. Balbina de Matos, 2121 - Jardim Tropical, Dourados – MS

CEP: 79824-900

⁷² Docente do curso de Nutrição

Instituição: Centro Universitário Unigran Capital – Campo Grande -MS – Brasil

Endereço: R. Balbina de Matos, 2121 - Jardim Tropical, Dourados – MS

CEP: 79824-900

⁷³ Docente do curso de Nutrição

Instituição: Centro Universitário Unigran Capital – Campo Grande -MS – Brasil

Endereço: R. Balbina de Matos, 2121 - Jardim Tropical, Dourados – MS

CEP: 79824-900



O presente trabalho tem como objetivo discutir o impacto da alimentação na qualidade de vida de mulheres portadoras da Síndrome do Intestino Irritável, com base na literatura disponível.

3 METODOLOGIA

Esta pesquisa trata-se de uma revisão de literatura. A busca foi realizada nas bases de dados PubMed e Google Acadêmico entre o mês de agosto ao mês de setembro de 2021 utilizando os descritores: Dietoterapia. Mulheres, Síndrome do Intestino Irritável. Constam 10 artigos disponíveis nos idiomas inglês e português, publicados entre o período de 2016 até 2021.

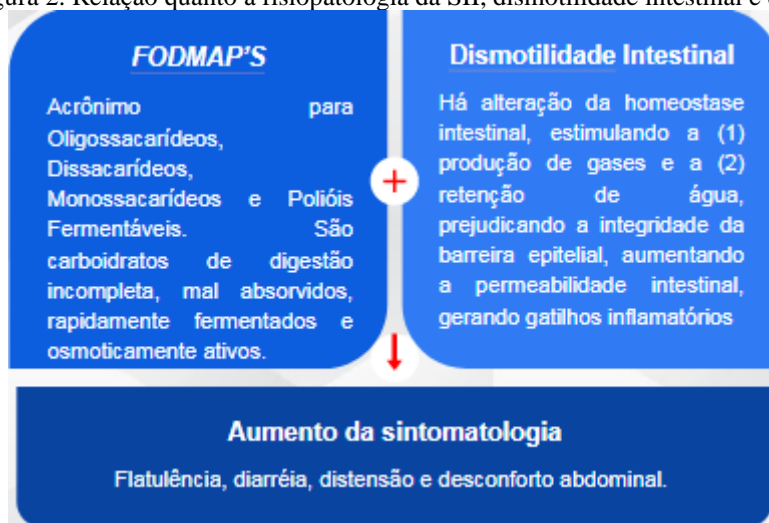
4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Discutiu-se a relação entre a disbiose intestinal e fisiopatologia da SII na promoção da melhora da qualidade de vida por meio da intervenção dietoterápica (**Figura 1**). Desse modo, a restrição de carboidratos foi protagonista na atenuação da sintomatologia, em decorrência da recuperação da integridade intestinal, por meio da redução da dismotilidade intestinal, promovendo maior absorção dos alimentos, melhora da formação das fezes -impacto na consistência, frequência das fezes e evacuação- (**Figura 2**). Tais resultados dependem do acompanhamento nutricional eficaz destacando a importância da atuação do profissional nutricionista no tratamento dietético da disbiose.



I SEVEN
CONGRESS OF HEALTH

Figura 2. Relação quanto à fisiopatologia da SII, dismotilidade intestinal e dieta



Fonte: Autoras, (2021) Adaptado de: KIN, (2019)

Figura 3. Principais estudos da abordagem dietoterápica.

01	ESWARAN <i>et al.</i> , 2017	A dietoterapia pobre em FODMAPS é dividida em : <ul style="list-style-type: none">▪ Eliminação: Quais sensibilizam.▪ Reintrodução: Identificar e fundamentar.▪ Manutenção: Plano dietético.
02	CINGOLANI <i>et al.</i> , 2020	Distribuição energética balanceada: <ul style="list-style-type: none">▪ 45-60% carboidrato; 20-35% lipídeos; 10-15% proteínas. A fim do paciente evitar receber carga excessiva de FODMAPS
03	NILHOLM <i>et al.</i> , 2019	Dietoterapia com restrição de amido e sacarose <ul style="list-style-type: none">▪ Aumento de fibras para atrasar o trânsito intestinal.▪ Adição de gorduras e proteínas para aumentar a tolerância ao amido por tempo de exposição mais longo.▪ Estímulo ao consumo lento e boa mastigação, a fim de aumentar a secreção de amilase.
04	LENHART <i>et al.</i> , 2017	Dietoterapia com restrição de polióis <ul style="list-style-type: none">▪ Restrição de vinho, molho de soja, maçãs, pêras, pêssego, damascos e aveia.▪ Apresentam efeitos laxativos e fermentativos.▪ Estimularam a Educação nutricional referente a leitura de rótulos, uma vez que um grupo de carboidrato pode apresentar distintas nomes.
05	LINSALATA <i>et al.</i> , 2021	Aumento das concentrações séricas de Vitamina D <ul style="list-style-type: none">▪ Após a dieta pobre em FODMAPS, em decorrência da recuperação da integridade da barreira intestinal, houve melhora dos sintomas intestinais, possibilitando maior absorção de Vitamina D.

Fonte: Autoras, (2021) Adaptado de: ESWARAN *et al.*, (2017); CINGOLANI *et al.*, (2020); NILHOLM *et al.*, (2019); LENHART *et al.*,(2017); LINSALATA *et al.*,(2021).



5 CONCLUSÕES

O presente artigo demonstrou que a dietoterapia no tratamento de mulheres com Síndrome do Intestino Irritável colaborou com a redução da sintomatologia por meio da adequação dos carboidratos e contribuiu para a promoção de qualidade de vida, visto que, restabeleceu uma vida social, emocional e profissional aceitável.

Foi observado que para que seja executada de maneira correta a implementação de dietas restritas, é imprescindível a presença do Nutricionista, visto que, a chave para o sucesso deste tratamento é a educação e gestão alimentar. A presença desta profissional evita restrições desnecessárias, promove maior adequação a realidade e hábitos alimentares do indivíduo, realiza o manejo de forma a alcançar os valores nutricionais necessários, substituindo alimentos e prestando alternativas a dieta. Assim, é este o profissional que irá garantir a autonomia para este paciente ser gerenciador da própria saúde.

REFERÊNCIAS

CINGOLANI, Arianna. Viabilidade da dieta de oligossacarídeo, dissacarídeo, monossacarídeo e poliol de baixa fermentação. *Nutrients*, vol. 12,3, 2020.

DROSSMAN, Douglas A et al. Validação adicional do IBS-QOL: um questionário de qualidade de vida específico para doenças. *The American Journal of Gastroenterology*, v. 95, n. 4, pág. 999-1007, 2000.

ESWARAN, Shanti et al. Uma dieta pobre em oligo, di e monossacarídeos e polióis fermentáveis melhora a qualidade de vida e reduz o comprometimento da atividade em pacientes com síndrome do intestino irritável e diarreia. *Clinical gastroenterology and hepatology*, vol. 15,12, p. 1890-1899, ed. 3, 2017.

KIN, Seong-Eun. Viabilidade da dieta de oligossacarídeo, dissacarídeo, monossacarídeo e poliol de baixa fermentação. *Intestinal research*, vol. 17,4, pág. 443-454, 2019.

LENHART, Adrienne et al. Uma revisão sistemática dos efeitos dos polióis na saúde gastrointestinal e na síndrome do intestino irritável. *Advances in nutrition*, vol. 8, pág.587-596. 14, 2017, doi:10.3945/an.117.015560.

LINSALATA, Michele et al. A relação entre baixos níveis séricos de vitamina D e alteração da função de barreira intestinal em pacientes com diarreia de SII submetidos a



**I SEVEN
CONGRESS OF HEALTH**

uma dieta de longo prazo com baixo teor de FODMAP: novas observações de um ensaio clínico. *Nutrients*, vol. 13,3, 2021, doi:10.3390/nu13031011.

LONGSTRETH, George F et al. Distúrbios intestinais funcionais. *Gastroenterologia*, v. 130, ed. 5, pág.1480-1491, 2006.

NILHOLM, Clara et al. Uma intervenção dietética com redução de amido e sacarose leva a sintomas gastrointestinais e extra-intestinais reduzidos em pacientes com SII. *Nutrients*, vol. 11,7, pág. 1662, 2019, doi:10.3390/nu11071662.

SWERWIN, Lee Anne B et al. Gênero e peso influenciam a qualidade de vida na Síndrome do Intestino Irritável. *Journal of Clinical Medicine*, v.6, 2017.

WHO, World Gastroenterology Organisation Global Guidelines. Síndrome do Intestino Irritável: uma perspectiva mundial. 2009.