# Síndrome do Intestino Irritado

**Autor(res)**

Gloria Maria Guizellini
Maria Lenira De Barros Da Silva
Beatriz Marques Dos Santos

**Categoria do Trabalho**

Trabalho Acadêmico

**Instituição**

UNIVERSIDADE ANHANGUERA DE SÃO PAULO - UNIAN

**Resumo**

Síndrome do Intestino Irritado
DISCENTE(S):MARIA LENIRA DE BARROS DA SILVA; BEATRIZ MARQUES DOS SANTOS
PROFESSORA: MS.GLÓRIA GUIZELLINE
Disciplina de Assistência Nutricional Nas Patologia Do Sistema Digestório e Órgãos Anexos do curso de Nutrição.
Definição da Doença:
A Síndrome do Intestino Irritado é um Transtorno gastrointestinal caracterizado por dor abdominal e alteração dos hábitos intestinais sem uma causa orgânica evidente.
Etiologia
Fatores multifatoriais, incluindo:
Alterações na motilidade intestinal, hipersensibilidade visceral, alterações na microbiota intestinal e fatores psicossociais.
Manifestações Clínicas
Dor ou desconforto abdominal
Inchaço
Diarreia e/ou constipação
Gases e distensão abdominal
Terapia Nutricional Específica
Principais Recomendações Nutricionais:
•Fracionar refeições e evitar grandes volumes por vez
•Preferir alimentos com baixo teor de FODMAPs (oligossacarídeos, dissacarídeos, monossacarídeos e polióis fermentáveis).
Terapia Nutricional Específica
Recomendações de Macronutrientes:
•Proteínas: manter ingestão adequada, preferindo carnes magras e

cozidas.
•Carboidratos: escolher fontes integrais e com baixo teor de FODMAPs.
•Lipídeos: limitar gorduras saturadas e trans.
Terapia Nutricional Específica
Micronutrientes e Funcionamento:
•Atenção para a ingestão adequada de fibras solúveis e insolúveis
•Monitorar a tolerância à lactose e ao glúten
Terapia Nutricional Específica
Consistência da Dieta:
•Adaptar conforme a tolerância individual e sintomas apresentados
Suplementação:
•Avaliar a necessidade de suplementos como probióticos e vitaminas, baseando-se em deficiências específicas.
Conclusão
A abordagem nutricional na Síndrome do Intestino Irritado deve ser personalizada e baseada em evidências, com foco na redução dos sintomas e melhoria da qualidade de vida do paciente.
REFERÊNCIAS
DA SILVA GIMENES, Lincoln; BOHM, Carlos Henrique. Análise funcional da dor na síndrome do intestino irritável. Temas em Psicologia, v. 18, n. 2, p. 357-366, 2010.
TSUI, Wendy; DOS SANTOS, Geovana Chagas; DE ALMEIDA, Simone Gonçalves. Manejo nutricional no tratamento da síndrome do intestino irritável (SII). Research, Society and Development, v. 12, n. 6, p. e13612642135-e13612642135, 2023.
OBRIGADO (A)!

5ª SEMANA DE CONHECIMENTO