



Síndrome do Intestino Irritável causa incômodos, como prisão de ventre e dor frequente

Patologia afeta 20% da população mundial e as mulheres são as mais acometidas

A maioria das pessoas já deve ter sentido algum desconforto intestinal pela ocorrência de prisão de ventre, diarreia, dor ou dificuldade para evacuar. Porém, a permanência desses sintomas por longos períodos pode se caracterizar pela síndrome do intestino irritável.

“A síndrome do intestino irritável é um termo utilizado cientificamente e que reflete uma associação de sinais e sintomas, dos quais podem vir de modo isolado ou não. No passado, era realizado o diagnóstico como sendo de exclusão, hoje se sabe que ela é uma síndrome cujo diagnóstico é de inclusão, sendo uma doença dita funcional. Caracterizada por uma tríade – distensão abdominal, constipação e diarreia. Podemos encontrar essas apresentações na fase de constipação ou somente diarreia ou intercalar os sintomas, em que há, na verdade, a mudança do hábito intestinal por meses”, explica a médica gastroenterologista Didia Bismara Cury.

Segundo a médica, a síndrome ainda pode estar associada a patologias do trato gastrointestinal alto. “A síndrome do intestino irritável é uma doença muito importante por ser muito frequente, pois afeta entre 15% a 20% da população mundial, e as mulheres são as mais acometidas”, afirma Didia.

Atualmente, pesquisadora e professora visitante do grupo de gastroenterologia da Universidade de Harvard, Didia explica que ainda há um equívoco sobre a associação da síndrome com doenças psicológicas. “Há um engano quando se pensa que pessoas que são deprimidas são aquelas que têm intestino irritável. Na verdade, a literatura é bem clara e tem demonstrado que a síndrome do intestino irritável é geneticamente determinante. É muito comum que os portadores da mesma sejam mais ansiosas e outras deprimidas, porém, depressão e ansiedade não são as causas”, pontua a médica.

Sintomas

Dor, cólica, alternância entre períodos de diarreia e prisão de ventre, flatulência exagerada e sensação de esvaziamento incompleto do intestino estão entre os sintomas da síndrome do intestino irritável.

“O diagnóstico é clínico, baseado em mudança do hábito intestinal há mais de seis meses ou nos últimos

três meses e dor abdominal com relação estreita ao ato defecatório. Tem sido considerado que a existência de pelo menos dois fatores dos sintomas relatados poderiam sugerir esta síndrome”, explica Didia. O médico também pode solicitar exames complementares para descartar outras doenças do intestino.

“A síndrome é uma doença dita funcional, em que sabidamente há alterações de contração e de sensibilidade do próprio intestino, que participam os ditos neurotransmissores. Nesta doença, há uma participação direta da microbiota intestinal, havendo um desequilíbrio das bactérias boas e ruins. Outro ponto importantíssimo está relacionado a alterações no eixo cérebro intestino, onde há a comunicação constante deste eixo. Por isso atualmente costumam usar a expressão ‘o intestino é o segundo cérebro do corpo humano’”, frisa a médica.

Apesar do incômodo, a doença não costuma evoluir para um estágio mais grave, porém, pode durar a vida toda. “As doenças funcionais sempre são benignas, ninguém morre de intestino irritável, porém elas tendem a ser crônicas”, indica.

O tratamento normalmente está relacionado à mudança na alimentação, alívio do estresse e uso de medicamentos complementares.

“O tratamento está direcionado para o tipo específico de sintomas, está baseado em abordagens farmacológicas e nutricionais, como o Fodmap e terapias complementares, entre elas, técnicas de relaxamento, tal como meditação e psicoterapia”, explica a médica.

De acordo com a médica, a dieta Fodmap consiste na remoção de alimentos que contêm frutose, lactose, fructo e galacto-oligossacarídeos. “Deve ser feita com a supervisão de profissionais especializados”, pontua.

De acordo com Didia, também pode ocorrer a presença de outras patologias. “Hoje, também tem sido notado a forte associação de doenças atópicas, como asma, nesse grupo de pacientes, assim como a associação com doença do refluxo não é infrequente. O tratamento da síndrome do intestino irritável melhora muito a qualidade de vida desses pacientes e cada vez mais novas abordagens e novas linhas de tratamentos baseadas em evidências têm mudado a vida dos pacientes”, frisa.

Fonte: [Correio do Estado](#).

[Read More](#)
