Revisão de Temas

PD - (UM18-3610) - A DIETA COM RESTRIÇÃO DE FODMAPS REDUZ OS SINTOMAS NO SÍNDROME DO INTESTINO IRRITÁVEL? - UMA REVISÃO BASEADA NA EVIDÊNCIA.

Diogo Terroso¹; Marisa Reis¹; Sara Ferreira¹; Joana Reis¹; André Candelária²

1 - USF Servir Saúde; 2 - USF Poente

INTRODUÇÃO:

O Síndrome do Intestino Irritável (SII) é uma perturbação funcional de elevada prevalência que se apresenta com uma grande variedade de sintomas digestivos crónicos, entre eles a distensão e dor abdominais, a diarreia e/ou a obstipação, na ausência de uma causa orgânica identificável. De acordo com a predominância dos sintomas referidos, existem 4 subtipos da doença (com obstipação, com diarreia, misto, ou inespecífico). Dada a sua etiologia multifatorial, a abordagem terapêutica baseia-se numa combinação da utilização de medicamentos, probióticos, dietas restritivas e psicoterapia. Os FODMAPs (sigla para Oligossacarídeos, Dissacarídeos, Monossacarídeos e Polióis Fermentáveis) são nutrientes dificilmente absorvidos pelo intestino delgado, que foram associados ao agravamento de sintomas no SII. Assim, em 2009, uma equipa de investigadores da Universidade Australiana de Monash desenvolveu uma dieta restritiva em FODMAPs que tem sido usada como uma promissora abordagem na gestão dos sintomas desta doença.

OBJECTIVO: Rever a evidência disponível sobre a eficácia da dieta com restrição de FODMAPs no alívio dos sintomas gastrointestinais dos doentes com SII.

METODOLOGIA: Pesquisa de meta-análises, revisões sistemáticas e normas de orientação clínica na MedLine/Pubmed, DARE, TripDataBase, Evidence Based Medicine, Clinical Evidence, Web of Science, Canadian Medical Association Practice Guidelines, National Guidelines Clearing House e Cochrane Library publicados entre 2009 e 2017 na língua inglesa, utilizando os termos MeSh irritable bowel syndrome, signs and symptoms, digestive, diet therapy e o termo não MeSh "FODMAPs". Foi utilizada a escala Strenght of Recommendation Taxonomy (SORT) para atribuição de níveis de evidência e forças de recomendação.

RESULTADOS: Depois de analisados os 44 artigos resultantes da pesquisa, foram incluídos 8 artigos: 4 revisões sistemáticas (duas meta-análises) e 4 normas de orientação clínica. Existe evidência de que a dieta pobre em FODMAPs reduz a globalidade dos sintomas gastrointestinais e melhora a qualidade de vida dos doentes com SII, com maior evidência na melhoria da distensão e dor abdominal em doentes com predomínio do quadro diarreico. Alguns autores recomendam usar esta dieta como prova terapêutica durante um período de 3-8 semanas. No que respeita às normas de orientação clínica, as mais recentes recomendam sugerir esta dieta como parte do tratamento do SII (sobretudo se predomínio de diarreia), enquanto outras consideram não existir evidência do benefício e segurança a longo prazo que seja suficiente para a recomendar.

DISCUSSÃO/CONCLUSÃO: Existe evidência para recomendar uma dieta pobre em FODMAPs como prova terapêutica em doentes com SII com predomínio de quadro de diarreico, sobretudo se distensão e dor abdominal (Força de Recomendação A). Para os outros subtipos de SII e para outros sintomas, a evidência de benefício é menor, embora possa ser considerada, se o aconselhamento dietético tradicional não for eficaz (Força de Recomendação B). São necessários mais estudos que suportem a eficácia e segurança a longo prazo da dieta nos outros tipos de SII.