

RELAÇÃO ENTRE MÁ ABSORÇÃO DE FRUTOSE E FRUTANOS COM A SÍNDROME DO INTESTINO IRRITÁVEL

Isabela Moreira Gomides Sardinha Cavalcêdo¹; Marta Isadora de Araújo¹; Beatriz Rocha de Oliveira¹; Danúbio Antônio de Oliveira².

¹Discente do curso de medicina da Universidade Evangélica de Goiás- UniEVANGÉLICA.

²Doscente do curso de medicina da Universidade Evangélica de Goiás- UniEVANGÉLICA.

isabelacarvalhedo26@gmail.com

A frutose é considerada um dos mais relevantes carboidratos de cadeia curta fermentáveis do grupo de FODMAPs (Fermentable Oligosaccharides, Disaccharides, Monosaccharides and Polyols) e teve seu consumo mundial aumentado nos últimos 15 anos, principalmente devido ao consumo de produtos industrializados ricos em xarope de milho alto em frutose. Já os frutanos são carboidratos complexos compostos por cadeias de frutose e podem ser encontrados em alimentos como trigo e cevada. Ambos, quando não absorvidos, podem ser fermentados e produzir gases como o hidrogênio, o que pode levar a sintomas gastrointestinais. A Síndrome do Intestino Irritável (SII) é uma doença crônica caracterizada por dor ou desconforto abdominal recorrente e distúrbios do trânsito intestinal, com mecanismos patogênicos heterogêneos. Nesse cenário, este estudo tem como objetivo correlacionar a má absorção de frutose e frutanos com a SII. Trata-se de uma revisão integrativa de literatura realizada nas bases de dados Pubmed e Scielo, utilizando os descritores indexados no DECS: "Síndrome do Intestino Irritável", "Frutose", "Frutanos" e "Absorção". Foram selecionados 5 artigos tendo como critérios de inclusão: língua portuguesa ou inglesa e publicados nos últimos 7 anos. Foram excluídos artigos sem acesso ao texto completo e que não se relacionavam com o tema proposto. Os resultados indicam que, em pacientes com SII, 38,2% apresentaram má absorção de frutose, 48,9% má absorção de frutanos e 22,6% má absorção de ambos. Além disso, estudos demonstraram que a má absorção de frutose tem sido associada como fator desencadeante e fator de piora da dor abdominal em pacientes com SII, sugerindo uma hipersensibilidade colônica à distensão. Também foi observado que, pacientes com SII apresentaram pior frequência de dor abdominal, inchaço e flatulência em resposta a frutanos na dieta. Com base nesses achados, dietas com baixo teor de FODMAPs têm se mostrado uma opção de manejo dos sintomas nesses indivíduos. Dessa forma, conclui-se que há uma forte prevalência entre má absorção de frutose e/ou frutanos com a SII, sugerindo que esses carboidratos fermentáveis podem desempenhar um papel importante na intensificação dos sintomas gastrointestinais e reforçando a importância de abordagens dietéticas personalizadas para esses pacientes.

Palavras-chave: Síndrome do Intestino Irritável; Frutose; Frutanos; Absorção.

Agradecimentos: Agradeço à UniEVANGÉLICA pelo suporte e pela contribuição para o desenvolvimento deste trabalho.