



REVISTA ELETRÔNICA

# Acervo MÉDICO

ISSN 2764-0485

## Síndrome do intestino irritável: uma revisão integrativa das alternativas de tratamento

Irritable bowel syndrome: an integrative review of treatment alternatives

Síndrome del intestino irritable: una revisión integradora de Alternativas de tratamiento

Luiza Araújo Castro<sup>1</sup>, Lethicya Alves Sousa Carvalho<sup>1</sup>, Brenda Miranda Aidar<sup>2</sup>, Ana Paula Vilela Miranda<sup>1</sup>, Bianca Leite Carnib de Sousa<sup>3</sup>, Alexandre Sampaio Rodrigues Pereira<sup>1</sup>.

### RESUMO

**Objetivo:** Elucidar os tratamentos alternativos mais eficazes disponíveis sobre a Síndrome do Intestino Irritável (SII), bem como suas terapias complementares. **Métodos:** Este estudo é uma revisão integrativa da literatura, que conduziu uma busca abrangente de artigos em bancos de dados eletrônicos, incluindo PubMed, Medline e Science Direct. A pesquisa foi realizada utilizando combinações de palavras-chave em inglês, como "irritable bowl syndrome", "alternative treatments for bowl", "abdominal pain" e "Monosaccharides and Polyols (FODMAP)". Em seguida, foi realizada uma seleção de artigos publicados nos últimos cinco anos (2019-2023), abrangendo um total de 13 artigos elencados. **Resultados:** Dentre os treze artigos selecionados, dois envolviam tratamento alternativo com acupuntura (10,52%), três com probióticos (15,78%), seis em dieta elaborada pobre em FODMAP's (36,84%) e sete com medicamentos fitoterápicos (36,84%). Não obstante, as pesquisas foram realizadas em países desenvolvidos (China, Itália, Polônia) onde aproximadamente 10-15% da população apresenta SII. Contudo, o Brasil, que apresenta um quadro similar, não apresentou nenhuma pesquisa a respeito do tema abordado. **Considerações finais:** Os tratamentos alternativos de medicamentos fitoterápicos desta revisão se mostraram estratégias viáveis a serem empregadas por gastroenterologistas, principalmente devido aos seus efeitos benéficos complementares.

**Palavras-chave:** Síndrome do intestino irritável, Tratamentos alternativos, Doença crônica.

### ABSTRACT

**Objective:** To elucidate the most effective alternative treatments available for Irritable Bowel Syndrome (IBS), as well as their complementary therapies. **Methods:** This study is an integrative literature review, which conducted a comprehensive search of articles in electronic databases, including PubMed, Medline and Science Direct. The search was carried out using combinations of keywords in English, such as "irritable bowl syndrome", "alternative treatments for bowl", "abdominal pain" and "Monosaccharides and Polyols (FODMAP)". A selection of articles published in the last five years (2019-2023) was then made, covering a total of 13 articles listed. **Results:** Among the thirteen articles selected, two involved alternative treatment with acupuncture (10.52%), three with probiotics (15.78%), six on an elaborate diet low in FODMAPs (36.84%) and seven with herbal medicines (36.84%). However, the research was carried out in developed countries (China, Italy, Poland) where approximately 10-15% of the population has IBS. However, Brazil, which has a similar situation, has not presented any research on the subject. **Final considerations:** The alternative herbal medicine treatments in this review proved to be viable strategies to be employed by gastroenterologists, mainly due to their complementary beneficial effects.

**Keywords:** Irritable bowel syndrome, Alternative treatments, Chronic disease.

<sup>1</sup> Centro Universitário de Brasília (UniCEUB), Brasília - DF.

<sup>2</sup> Universidade Evangélica de Goiás (UniEvangélica), Anápolis - GO.

<sup>3</sup> Universidade Federal de Goiás (UFG), Goiânia - GO.

SUBMETIDO EM: 03/2024

ACEITO EM: 3/2024

PUBLICADO EM: 8/2024

## RESUMEN

**Objetivo:** Dilucidar los tratamientos alternativos más eficaces disponibles para el síndrome del intestino irritable (SII), así como sus terapias complementarias. **Métodos:** Este estudio es una revisión bibliográfica integradora, en la que se realizó una búsqueda exhaustiva de artículos en bases de datos electrónicas, incluyendo PubMed, Medline y Science Direct. La búsqueda se realizó utilizando combinaciones de palabras clave en inglés, como "irritable bowel syndrome", "alternative treatments for bowel", "abdominal pain" y "Monosaccharides and Polyols (FODMAP)". A continuación, se realizó una selección de artículos publicados en los últimos cinco años (2019-2023), abarcando un total de 13 artículos listados. **Resultados:** Entre los trece artículos seleccionados, dos trataban sobre tratamientos alternativos con acupuntura (10,52%), tres con probióticos (15,78%), seis sobre una dieta elaborada baja en FODMAPs (36,84%) y siete con fitoterapia (36,84%). Sin embargo, la investigación se llevó a cabo en países desarrollados (China, Italia, Polonia), donde aproximadamente el 10-15% de la población padece SII. Sin embargo, Brasil, que tiene una situación similar, no ha presentado ninguna investigación sobre el tema. **Consideraciones finales:** Los tratamientos de medicina herbaria alternativa de esta revisión demostraron ser estrategias viables para ser empleadas por los gastroenterólogos, principalmente debido a sus efectos beneficiosos complementarios.

**Palabras clave:** Síndrome del Intestino Irritable, Tratamientos alternativos, Enfermedad crónica.

## INTRODUÇÃO

A Síndrome do Intestino Irritável (SII) é uma desordem funcional do intestino recidivante, definida por critérios diagnósticos baseados em sintomas na ausência de causas orgânicas detectáveis (SADRIN S, et al., 2020). Segundo os novos critérios do Consenso de ROMA IV (2016), a SII é caracterizada como um distúrbio na interação intestino-cérebro, diagnosticada através de dor abdominal recorrente por pelo menos 3 dias em um mês (em média pelo menos 1 dia/semana nos últimos 3 meses), associada a dois ou mais critérios, tais como: dor relacionada a defecação, mudança na frequência das evacuações ou mudanças no formato (aparência) das fezes (SCHMULSON MJ e DROSSMAN DA, 2017). A importância de empregar tratamentos alternativos de forma complementar aos tratamentos convencionais na abordagem terapêutica de diversas condições, incluindo a SII, é fundamentada em estudos clínicos que sugerem benefícios adicionais e uma abordagem mais abrangente para o manejo dos sintomas.

A combinação de tratamentos alternativos como probióticos e fitoterapia, pode resultar em melhores resultados clínicos, incluindo redução da gravidade dos sintomas, melhoria na qualidade de vida e menor dosagem de medicação. Além disso, uma integração de abordagens complementares pode fornecer uma abordagem mais holística, considerando os aspectos físicos, mentais e emocionais da condição do paciente. Esta abordagem integrada é reforçada por diretrizes clínicas e promove uma prática médica mais centrada no paciente, adaptada às necessidades individuais de cada indivíduo, maximizando assim os resultados terapêuticos na SII. Terapias convencionais para pacientes com SII geralmente envolvem os sistemas motor, sensorial e gastrointestinal e inclui a redução do consumo de lactose, a suplementação com fibras, o uso de laxativos, antiespasmódicos, antibióticos, intervenção psicológica e antidepressivos (MÜLLER A, et al., 2014). No entanto, a eficácia desses tratamentos varia de estudo para estudo. (MÜLLER A, et al., 2001).

Portanto, na falta de estudos confiáveis e efetivos para o tratamento da SII, existe um interesse crescente em terapias alternativas e complementares, como o uso de probióticos (SADRIN S, et al., 2020; SIMON E, et al., 2021) e medicamentos fitoterápicos (BELLINI M, et al., 2021; SCUDERI AS, et al. 2022; LAI Y, et al., 2022; FIORINI G, et al., 2023; HEYDARI P, et al., 2023; ISAKOV VA, et al., 2023). Nesse contexto, o presente trabalho teve como objetivo principal efetuar um levantamento dos principais tratamentos alternativos para a SII atualmente, visto que alguns pacientes não tem uma boa interação com os tratamentos convencionais vigentes. Os dados coletados permitiram a descrição dos principais resultados obtidos a partir dessas terapias, bem como elucidar sua publicação quantitativa e qualitativamente. Deste modo, torna-se possível a análise mais clara das intervenções alternativas vigentes para o tratamento de SII.

## MÉTODOS

O presente trabalho se trata de uma revisão de literatura integrativa, onde foram realizadas a pesquisa de artigos nos seguintes bancos de bases eletrônicas: PubMed, Medline e Science Direct. Deste modo, em cada

plataforma foram utilizadas palavras-chave e suas respectivas combinações na língua inglesa: “irritable bowl syndrome”, “alternative treatments for bowel”, “abdominal pain” e “Monosaccharides and Polyols (FODMAP)”. Os descritores acima citados foram utilizados também apenas na língua inglesa, podendo ser encontrados nos Descritores de Ciências e Saúde (DeCS).

Posteriormente, procedeu-se à seleção dos artigos, considerando a data de publicação, abrangendo a última quinzena (2019-2023) de investigação sobre o tema. Foram excluídos estudos provenientes da literatura cinza, como artigos duplicados, revisões literárias, relatórios técnicos, protocolos e literatura cujo idioma não se enquadra na língua inglesa, bem como resumos e teses acadêmicas. Após essa etapa, os títulos e resumos foram minuciosamente avaliados individualmente, ou o texto completo, em alguns casos, para garantir a pertinência dos resultados ao tema em questão. Durante o processo de triagem, informações como título, autores, ano de publicação, objetivo do estudo, abordagem de tratamento e principais resultados foram coletadas em uma planilha do Excel, posteriormente utilizada na elaboração de gráficos e tabelas.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os distúrbios gastrointestinais funcionais, apesar de altamente prevalentes, ainda representam desafios para a medicina moderna. Para a maioria dos pacientes, as terapias farmacológicas atuais propiciam somente um alívio dos sintomas, sendo exigido, para melhor resposta terapêutica, a sua associação com mudanças nos hábitos alimentares. Essa afecção, por ser considerada um distúrbio multifatorial, é resultante, por exemplo, da hipersensibilidade visceral, das perturbações motoras do intestino, da disfunção do eixo cérebro-intestino e do aumento na permeabilidade intestinal. A fim de elucidar as perspectivas dos tratamentos alternativos para SII atualmente vigentes, primeiramente, realizamos a pesquisa e identificação de artigos completos nas plataformas acima mencionadas, assim selecionando os artigos encontrados de acordo com os critérios previamente descritos. Em seguida, foi realizada a inclusão e exclusão destes mesmos artigos, resultando nos trabalhos analisados neste estudo, como retratado na (Figura 1).

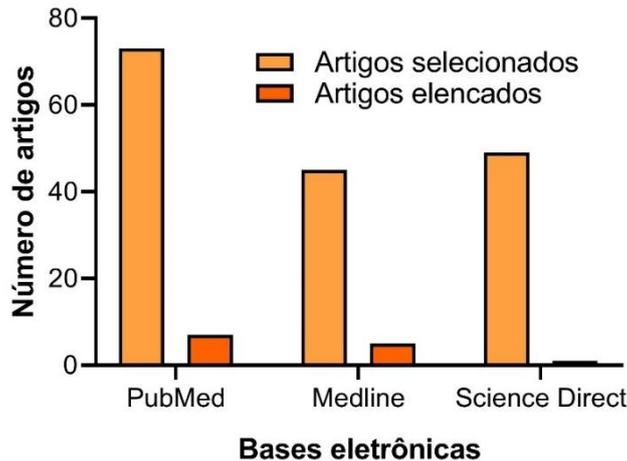
**Figura 1** - Fluxograma de identificação e seleção dos artigos triados para a revisão bibliográfica de tratamentos alternativos da SII.



Fonte: Castro LA, et al., 2024.

A busca dos artigos nas ferramentas de busca literária resultou na seleção de um total de 167 artigos, cuja amostra quantitativa abrangeu 73 publicações na Pubmed, 45 na Medline e 49 na ScienceDirect. A partir dos critérios definidos neste estudo, 13 artigos foram elencados como aptos para essa revisão, assim como é possível visualizar no **(Gráfico 1)**.

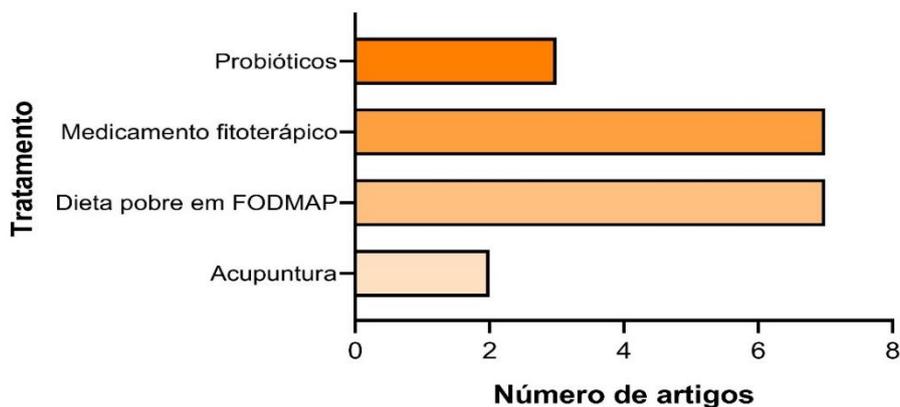
**Gráfico 1** – Relação de artigos selecionados e posteriormente elencados nas bases de dados PubMed, Medline e PubMed.



Fonte: Carvalho LAS, et al., 2024.

Dentre os artigos elencados, somente dois usaram ratos como o alvo de estudo, assim fica claro a priorização dos humanos como enfoque nos estudos para o tratamento alternativo de SII. Entretanto, mesmo com objetivos ou tipos de estudos similares, a amostra avaliada se mostrou heterogênea quanto aos métodos utilizados, dentre eles: acupuntura (2), dieta elaborada pobre em FODMAP (6), medicamento fitoterápico (7) e probióticos (3). As relações quantitativas desses estudos estão delineadas no **(Gráfico 2)**. Vale destacar que o tratamento da “dieta elaborada pobre em FODMAP’s” foi abordado exclusivamente em um artigo, mas de forma complementar em outros seis trabalhos, associados a outras terapias.

**Gráfico 2** – Análise quantitativa de tratamentos alternativos utilizados nos 13 artigos elencados.



Fonte: Castro LA, et al., 2024.

Além de Chojnacki C, et al. (2021), que focaram exclusivamente no tratamento de SII a partir de uma elaborada dieta pobre em FODMAP’s, em seis trabalhos (BELLINI M, et al., 2021; SIMON E, et al., 2021; COCETTA V, et al., 2022; MEREZ K, et al., 2023; SADRIN S, et al., 2023; LAI Y, et al., 2022), demonstrou-se maior satisfação para indivíduos que adotaram a restrição a essa classe de alimentos. Nesses casos, a maioria dos trabalhos tinham como objetivos correlacionar os FODMAP’s às manifestações clínicas da SII. Entretanto, mesmo com objetivos ou tipos de estudos similares, a amostra avaliada se mostrou heterogênea

com inclusão de pacientes de ambos os sexos, de indivíduos saudáveis e portadores da SII, com base em critérios distintos (ROMA II, ROMA III e NICE). Nos resultados, foi averiguado, de forma unânime, a relação da dieta rica em FODMAP's com a exacerbação dos sintomas da SII. Em relação às limitações dos estudos, com exceção de um estudo no qual estas não foram expostas, observou-se que todos os demais apresentaram limitantes bastante particulares.

Apesar da dieta em FODMAP's ser ressaltada pelos referidos autores como fator crucial para o tratamento de SII, a dor, a diarreia ou a constipação da síndrome do intestino irritável resultam de um ou mais mecanismos fisiopatológicos em cada paciente (BONETTO S, et al., 2021). Dependendo do padrão predominante de hábitos intestinais alterados, os critérios de Roma IV dividiram a SII em 4 entidades diferentes: SII com constipação (SII-C), SII com diarreia (SII-D), SII com padrão misto de constipação e diarreia (SII -M), e não classificado (BONETTO S, et al., 2021). Desde modo, o **Quadro 1** apresenta os tratamentos alternativos, seus resultados e as entidades de SII a serem devidamente tratadas.

**Quadro 1** - Síntese dos principais resultados obtidos a partir da implementação dos tratamentos alternativos de SII. Dados extraídos das plataformas PubMed, Medline e Science Direct.

N	Autor	Tratamento alternativo	Principais resultados obtidos	Entidades
1	Chen Y, et al., 2021	Acupuntura	Inibiu a integração das células nervosas locais dos sinais de dor, regulando a rede neuroimune intestinal	Não classificado
2	Qi LY, et al., 2021	Acupuntura	Não identificado	SII-D
3	Simon E, et al., 2021	Dieta pobre em FODMAP	Aumento da frequência das fezes, aumento dos níveis de satisfação gástrica, redução do inchaço abdominal e/ou dor abdominal para pacientes com constipação ocasionada pela SII	SII-C
4	Merecz K, et al. 2023	Probióticos; Dieta pobre em FODMAP	Reduziu consideravelmente as dores abdominais e sintomas gerais de SII sem quaisquer efeitos colaterais documentados	SII-D
5	Chojnacki C, et al., 2021	Medicamento fitoterápico	Reduziu significativamente as dores abdominais e flatulências	SII -M
6	SADRIN S, et al., 2020	Probióticos; Dieta pobre em FODMAP	Reduziu consideravelmente as dores abdominais e flatulências	SII-D
7	Bellini M, et al., 2021	Medicamento fitoterápico; Dieta pobre em FODMAP	Reduziu consideravelmente as flatulências e os escores compostos	SII -M
8	Scuderi AS, et al. 2022	Medicamento fitoterápico	Redução significativa da hipersensibilidade visceral induzida por estresse e a distensão colorretal	SII-D
9	LAI Y et al., 2022	Medicamento fitoterápico; Dieta pobre em FODMAP	Aliviou e reduziu efetivamente os sintomas da SII	SII -M
10	HEYDARI P, et al. 2023	Medicamento fitoterápico	Modulou os sintomas de pacientes com SII	SII -M
11	Fiorini G, et al., 2023	Medicamento fitoterápico	Redução estatisticamente significativa da gravidade dos sintomas sem quaisquer efeitos colaterais documentados	SII-D
12	Cocetta V, et al., 2022	Probióticos; Dieta pobre em FODMAP	Reduziu consideravelmente as dores abdominais e inflamações locais	Não classificado
13	Isakov VA, et al. 2023	Medicamento fitoterápico	Aumento da frequência de evacuação intestinal para pacientes com SII-C	SII-C

Fonte: Castro LA, et al., 2024.

Os dados representados acima revelam que medicamentos fitoterápicos (36,84%), FODMAP's (36,84%) e probióticos (15,78%) apresentam maior incidência de melhora como tratamentos alternativos e/ou

complementares para pacientes com SII. Em contraste, a acupuntura, apresentou apenas 10,52% do total das pesquisas. Este número reduzido pode ter acontecido pois o uso da acupuntura não se mostrou suficiente para ser considerado um tratamento efetivo de SII (QI LY, et al., 2021), e no geral, resultou apenas na redução das dores abdominais (CHEN Y, et al., 2021).

Tratamentos envolvendo probióticos delinearão resultados mais positivos, dentre eles a redução considerável de dores abdominais (COCETTA V, et al., 2022; MEREZ K, et al. 2023; SADRIN S, et al., 2020), redução de sintomas gerais de SII sem efeitos colaterais documentados (MEREZ K, et al. 2023), redução de flatulências (SADRIN S, et al., 2020) e de inflamações locais (COCETTA V, et al., 2022). A implementação de medicamentos fitoterápicos e dietas pobres em FODMAP's, no entanto, obtiveram resultados mais eficientes, dentre elas o alívio considerável das dores ocasionadas por SII (CHOJNACKI C, et al., 2021; FIORINI G, et al., 2023; HEYDARI P, et al. 2023; SCUDERI AS, et al. 2022; LAI Y et al., 2022), aumento na frequência de evacuações para pacientes com SII-C (ISAKOV VA, et al. 2023) e redução das flatulências e escores compostos (BELLINI M, et al., 2021; CHOJNACKI C, et al., 2021).

Os medicamentos fitoterápicos representam uma abordagem terapêutica promissora para o manejo da SII, oferecendo potencial alívio dos sintomas gastrointestinais com menos efeitos adversos em comparação com algumas terapias convencionais (FIORINI G, et al., 2023).

Entre as plantas medicinais, a hortelã-pimenta (*Mentha piperita*) tem recebido atenção especial devido às suas propriedades antiespasmódicas e carminativas (FIORINI G, et al., 2023; SCUDERI AS, et al. 2022). O óleo essencial de hortelã-pimenta demonstrou eficácia na redução do dor abdominal e nos distúrbios de motilidade intestinal em pacientes com SII, possivelmente por meio da inibição dos canais de cálcio e da modulação da atividade do receptor de serotonina (FIORINI G, et al., 2023).

Além disso, a cúrcuma (*Curcuma longa*) tem sido estudada por suas propriedades anti-inflamatórias e antioxidantes, onde seu principal componente ativo, a curcumina, demonstrou reduzir a inflamação intestinal e modular a microbiota intestinal, resultando na melhoria dos sintomas da SII, como diarreia e dor abdominal (MEREZ K, et al. 2023). Outra planta frequentemente utilizada no tratamento da SII é a camomila (*Matricaria chamomilla*), a qual exerce efeitos anti-inflamatórios, antiespasmódicos e ansiolíticos, contribuindo para o rompimento dos sintomas da SII, incluindo cólicas abdominais e ansiedade associada (MEREZ K, et al. 2023).

Na dieta pobre em FODMAPs, outro tratamento alternativo amplamente abordado e com resultados ligeiramente positivos, consiste em uma abordagem dietética pautada na redução da ingestão de oligossacarídeos fermentáveis, dissacarídeos, monossacarídeos e polióis (LAI Y, et al., 2022). Estes carboidratos fermentáveis podem ser mal absorvidos no intestino delgado e fermentados pela colônia microbiota, levando à produção de gases e distensão abdominal em indivíduos suscetíveis (HEYDARI P, et al. 2023). Deste modo, restrição de alimentos ricos em FODMAPs, como frutanos, galactooligosacarídeos, lactose, frutose em excesso e polióis, está sendo associada a uma redução significativa nos sintomas gastrointestinais em pacientes com SII.

Ainda, a dieta pobre em FODMAPs também foi considerada superior a outros tipos de intervenções dietéticas para os sintomas da SII (LAI Y, et al., 2022). Um efeito benéfico a curto prazo da dieta pobre em FODMAPs foi confirmado na maioria dos pacientes com SII, através do alívio dos sintomas da SII, em particular com inchaço, flatulência, diarreia e sintomas globais (CHOJNACKI C, et al., 2021; HEYDARI P, et al., 2023; SCUDERI AS, et al., 2022).

Segundo o estudo desenvolvido por CHOJNACKI C, et al. (2021), por exemplo, a dieta elaborada pobre em FODMAP's associada a ingestão otimizada de triptofano (TRP) pode ser útil no tratamento de pacientes com SII-D. No metabolismo do TRP através da via da quinurenina, visto que várias quinureninas, principalmente quinurenina e ácido quinolínico, podem exercer um efeito neurotóxico e causar transtornos mentais associados ao SII (CHOJNACKI C, et al., 2021). Os probióticos podem ajudar a restaurar o equilíbrio da microbiota intestinal, reduzir a intensidade e melhorar a função intestinal (SADRIN S, et al., 2020). Nesse contexto, vários ensaios clínicos randomizados e meta-análises avaliadas têm eficácia dos probióticos no

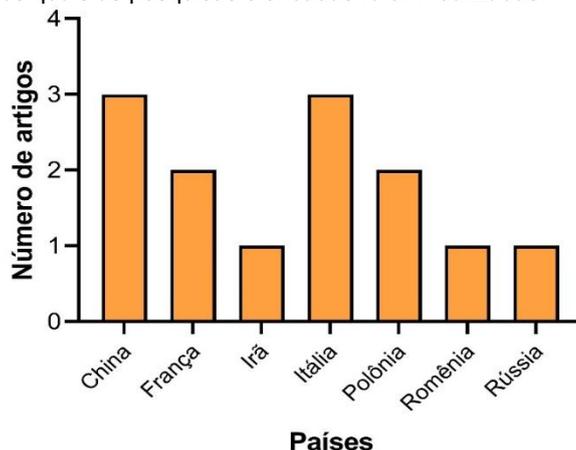
tratamento do SII. De acordo com SANDRIN S., et al. (2020), o consumo de probióticos, especificamente duas cepas de *Lactobacillus acidophilus* durante 8 semanas, é seguro e reduz consideravelmente os flatos e inchaço abdominal. Deste modo, o efeito benéfico e significativo sobre os flatos poderia resultar das propriedades homo fermentativas específicas da espécie das cepas de *L. acidophilus* capazes de produzir ácido láctico sem produção de gás, embora mais estudos envolvendo probióticos direcionados ao eixo intestino-cérebro corroborem para essa justificativa (COCKETTA V, et al., 2022).

Se tratando da acupuntura, a estimulação dos pontos vitais é associada à modulação da atividade do sistema nervoso independente, redução da intensidade e regulação da motilidade intestinal, todos os aspectos relevantes para a fisiopatologia do SII (CHEN Y, et al., 2021). Nesse contexto, a acupuntura foi recomendada nos trabalhos aqui elencados mediante seus efeitos benéficos na regulação da função imunológica e na modulação da microbiota intestinal, o que pode contribuir para sua eficácia no tratamento da SII. A aplicação da acupuntura como terapia complementar no SII oferece uma abordagem holística e não invasiva, com potencial para melhorar significativamente a qualidade de vida dos pacientes e reduzir a dependência de medicamentos farmacêuticos (CHEN Y, et al., 2021; QI LY, et al., 2021).

Contudo, o estudo clínico de Qi LY, et al. (2021) demonstrou inconsistência em seus resultados após o emprego da acupuntura no SII. Embora alguns estudos tenham relatado melhora significativa dos sintomas gastrointestinais após a acupuntura, outros não encontraram diferenças estatisticamente significativas entre a acupuntura e o tratamento placebo. Essa falta de consistência nos resultados, no entanto, pode ser atribuída à heterogeneidade dos estudos, incluindo diferenças na seleção dos pontos de acupuntura, técnicas de estimulação e protocolos de tratamento.

Se tratando do emprego de tratamentos alternativos em diferentes localidades, o país com maior predominância de publicações acerca dos tratamentos alternativos de SII foram a China (3) e Itália (3), seguida da França (2), Polônia (2), Irã (1), Romênia (1) e Rússia (1). Estima-se que 10 a 15% das pessoas nos países desenvolvidos sejam afetados pela SII (SADRIN S, et al., 2020), fato que corrobora com os países onde as pesquisas aqui elencadas foram realizadas, como observado no **(Gráfico 3)**.

**Gráfico 3** - Relação de artigos selecionados e os países aos quais as pesquisas elencadas foram realizadas.



Fonte: Castro LA, et al., 2024.

Por outro lado, em países do terceiro mundo, onde o acesso à saúde pode ser limitado e os recursos são escassos, os tratamentos alternativos para o SII podem ser mais influenciados por práticas tradicionais e culturais, como o emprego de fitoterápicos (CHOJNACKI C, et al., 2021). As dimensões continentais do Brasil dificultam estabelecer a prevalência nacional da SII, mas a Associação Brasileira para o Estudo da Síndrome do Intestino Irritável relata a prevalência de cerca de 12% (PASSOS MCF, 2006), semelhante à prevalência americana, de 10% a 15% (HADDAD LM, et al., 2008). Este fato se torna preocupante diante da prevalência de intensa dor de barriga com diarreia ou constipação sem lesão tecidual significativa atinge 43% da população do Brasil, mais que o dobro da média do resto do mundo (PASSOS MCF, 2006).

Vale salientar que, embora existam estudos suficientes para confirmar que a dieta pobre em FODMAPs seja comprovadamente eficiente contra a SII, esse tratamento está baseado em estudos oriundos de contexto dietético ocidental. Deste modo, as diferenças significativas entre as dietas orientais e ocidentais não podem ser ignoradas (LAI Y, et al., 2022).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A síndrome do intestino irritável é um distúrbio gastrointestinal funcional crônico e recorrente. O diagnóstico de SII, de acordo com os critérios de Roma IV, requer que os pacientes tenham apresentado dor abdominal recorrente (pelo menos 1 dia/semana nos últimos 3 meses) relacionada à evacuação, alterações associadas à frequência das evacuações e/ou formato das fezes. Seu tratamento é baseado em medidas farmacológicas que dependem do tipo de SII, se com diarreia ou não, além de medidas dietéticas. Os tratamentos alternativos mais eficientes, segundo o presente levantamento, foram: medicamentos fitoterápicos (36,84%), FODMAP's (36,84%) e probióticos (15,78%), em detrimento da acupuntura, que apresentou apenas 10,52% e baixos resultados terapêuticos. No cenário brasileiro, essas abordagens para a SII ainda não foram amplamente exploradas, fato que é notabilizado pela inexistência de estudos acerca do tema. Os tratamentos alternativos de SII no Brasil ainda não apresentaram um cenário bem definido e, atualmente, as terapias complementares disponíveis (**Gráfico 3**), por serem oriundas de outras culturas, abrangem hábitos terapêuticos e nutricionais distintos daqueles da realidade brasileira. Tais dificuldades podem ser superadas por meio de uma abordagem multidisciplinar que assegure apoio médico, nutricional e psicológico. Diante do exposto, os tratamentos alternativos para SII apresentam possibilidades que não podem ser ignoradas por gastroenterologistas, principalmente devido aos seus efeitos benéficos complementares.

## REFERÊNCIAS

1. BELLINI M, et al. Use of GELSECTAN® in Patients with Irritable Bowel Syndrome (IBS): an Italian Experience. *Patient Prefer Adherence*, 2021; 13: 1763-1774.
2. BONETTO S, et al. Recent advances in the treatment of irritable bowel syndrome. *Pol Arch Intern Med*, 2021; 131: 709-715.
3. CHEN Y, et al. Involvement of Pirt/TRPV1 signaling in acupuncture-induced reduction of visceral hypersensitivity in diarrhea-predominant irritable bowel syndrome rats. *Acupuncture Research*, 2021; 46: 278–283.
4. CHOJNACKI C, et al. The Usefulness of the Low-FODMAP Diet with Limited Tryptophan Intake in the Treatment of Diarrhea-Predominant Irritable Bowel Syndrome. *Nutrients*, 2021; 15: 1837.
5. COCETTA V, et al. Maintenance of intestinal epithelial barrier integrity by a combination of probiotics, herbal extract, and vitamins. *Minerva pediatrics*, 2023; 1.
6. FIORINI G, et al. Efficacy of a new nutraceutical formulation: L-tryptophan, probiotics, charcoal, chamomile, mint, and licorice (COLONIR®) in the improvement of gastrointestinal symptoms in subjects with irritable bowel syndrome. *Minerva Gastroenterol (Torino)*, 2023; 69: 23-127.
7. HADDAD LM, et al. Síndrome do intestino irritável: uma visão integrada ao Roma III. 2. ed. São Paulo: Segmento Farma, 2008; 132.
8. HEYDARI P, et al. A double-blind randomized clinical trial of *Dracocephalum kotschy* Boiss. in the patients with diarrhea-predominant irritable bowel syndrome. *Research in Pharmaceutical Sciences*, 2023; 18: 89-99.
9. ISAKOV VA, et al. Evaluation of the Efficacy of Kombucha-Based Drink Enriched with Inulin and Vitamins for the Management of Constipation-Predominant Irritable Bowel Syndrome in Females: A Randomized Pilot Study. *Science Direct, Current Developments in Nutrition*, 2023; 7: 102037.
10. LAI Y. et al. Assessing the post-treatment therapeutic effect of tongxie in irritable bowel syndrome: A randomized controlled trial. *Science Direct, Complementary Therapies in Medicine*, 2022; 68: 102839.
11. MEREZ K, et al. An overview of 5-HT<sub>3</sub> receptor antagonists as a treatment option for irritable bowel syndrome with diarrhea. *Expert Opin Pharmacother*, 2023; 24: 1189-1198.

12. MÜLLER A, et al. Effectiveness of osteopathic manipulative therapy for managing symptoms of irritable bowel syndrome: a systematic review. *Journal of Osteopathic Medicine*, 2014; 114: 470-9.
13. PASSOS MCF. Síndrome do intestino irritável: ênfase ao tratamento. *Jornal Brasileiro de Gastroenterologia*, 2006; 6: 12-8.
14. SADRIN S, et al. A 2-strain mixture of *Lactobacillus acidophilus* in the treatment of irritable bowel syndrome: A placebo-controlled randomized clinical trial. *Dig Liver Dis*, 2020; 52: 534-540.
15. SCHMULSON MJ e DROSSMAN DA. What Is New in Rome IV? *Journal Neurogastroenterol Motil*, 2017; 23: 151-163.
16. SCUDERI AS, et al. Efficacy of a Product Containing Xyloglucan and Pea Protein on Intestinal Barrier Function in a Partial Restraint Stress Animal Model. *International journal of molecular sciences*, 2022; 23: 2269.
17. SIMON E, et al. Probiotics, Prebiotics, and Synbiotics: Implications and Beneficial Effects against Irritable Bowel Syndrome. *Nutrients*, 2021; 13: 2112.
18. QI LY, et al. Acupuncture for the Treatment of Diarrhea-Predominant Irritable Bowel Syndrome: A Pilot Randomized Clinical Trial. *JAMA Netw Open*, 2022; 5: 2248817.