

Síndrome do sobrecrecimento bacteriano (SIBO): as bactérias são boas ou más?

O tubo digestivo é colonizado por milhões de bactérias, muitas das quais na proporção e quantidade adequadas, com benefícios consideráveis para o funcionamento do organismo humano. No entanto, a presença das mesmas em determinadas localizações ou numa proporção excessiva causa desequilíbrio, contribuindo para dificuldades na digestão ou fixação e crescimento de bactérias “más” oportunistas, condicionando doença clinicamente significativa.

A síndrome do sobrecrecimento bacteriano (SIBO) caracteriza-se pelo crescimento excessivo de bactérias do cólon no intestino delgado, contribuindo para sintomas gastrointestinais, por má absorção de gorduras e nutrientes, e má nutrição, a longo prazo. Os sintomas gastrointestinais, muitas vezes inespecíficos, são comuns a muitas outras doenças gastrointestinais, e incluem a dor e distensão abdominal, as náuseas, a má digestão, a flatulência, a diarreia ou menos comumente a obstipação, a perda de peso e a fadiga.

Esta condição tende a ser consequência de variadas doenças que contribuem para o baixo conteúdo ácido no estômago, alterações anatómicas, certos medicamentos, condições que diminuem a imunidade ou motilidade do intestino delgado e doenças metabólicas ou sistémicas, como a diabetes, hipotiroidismo, doenças inflamatórias do intestino, divertículos ou cirurgias abdominais, entre outras.

A consciencialização crescente sobre este problema resultou na celebração do dia 8 de abril como dia mundial da SIBO – “SIBO awareness day”, destacando uma importante causa de sintomas incómodos que interferem na qualidade de vida dos indivíduos.

Quando clinicamente justificado, um teste respiratório com hidratos de carbono que mede os níveis de hidrogénio e/ou metano no ar expirado, permite determinar a quantidade de bactérias intestinais produtoras de gás. Análises ao sangue e fezes e exames adicionais de imagem poderão ajudar a identificar as causas e complicações da SIBO, incluindo défices de vitaminas e proteínas e excesso de gorduras ou ácidos biliares não digeridos e/ou absorvidos.

O tratamento da SIBO envolve o uso de antibióticos, para eliminar o excesso de bactérias intestinais, e o suporte nutricional e suplementação de vitaminas e minerais em défice, para

tratar as suas consequências. É igualmente importante identificar e tratar as causas subjacentes para evitar a recorrência da SIBO, mais frequente em idosos e indivíduos com comorbilidades pré-existentes, como diabetes, síndrome do intestino irritável ou doença crónica do fígado.

Para saber mais sobre este e outros temas de saúde digestiva, consulte: www.saudedigestiva.pt.

Artigo escrito por Marta Gravito Soares, Vogal da Direção do Grupo de Estudos Português do Intestino Delgado (GEPID), Gastroenterologista do Centro Hospitalar e Universitário de Coimbra (CHUC).