



ORIGINAL

La dieta con bajo contenido en hidratos de carbono de cadena corta y polioles fermentables mejora los síntomas en pacientes con trastornos funcionales gastrointestinales en España



José Wálter Huamán^a, Ana Felip^b, Elena Guedea^b, Marta Jansana^b, Sebastián Videla^c y Esteban Saperas^{a,*}

^a Servicio de Aparato Digestivo, Hospital General de Catalunya, Universidad Internacional de Catalunya, Sant Cugat del Vallès, Barcelona, España

^b Servicio de Endocrinología, Hospital General de Catalunya, Sant Cugat del Vallès, Barcelona, España

^c Departamento de Ciencias Experimentales y de la Salud, Facultad de Ciencias de la Salud y de la Vida, Universitat Pompeu Fabra, Barcelona, España

Recibido el 24 de mayo de 2014; aceptado el 27 de agosto de 2014

Disponible en Internet el 6 de noviembre de 2014

PALABRAS CLAVE

Síndrome de intestino irritable;
Dieta;
Hidratos de carbono y polioles fermentables

Resumen

Fundamentos y objetivos: El tratamiento satisfactorio de los pacientes con síndrome de intestino irritable (SII) sigue siendo a menudo difícil. Estudios recientes en Australia, Reino Unido y Nueva Zelanda han sugerido la eficacia de la dieta baja en hidratos de carbono de cadena corta y polioles fermentables (FODMAPs) en el manejo de estos pacientes. Los objetivos del presente estudio son determinar si la dieta con bajo contenido en FODMAPs mejora los síntomas de pacientes con trastornos funcionales gastrointestinales (TFGI) en España y analizar factores predictivos de buena respuesta.

Pacientes y métodos: Estudio prospectivo de pacientes consecutivos con TFGI tipo SII y distensión abdominal funcional. A su inclusión a todos los pacientes se les realizó una valoración basal mediante cuestionarios demográfico, de síntomas, de ansiedad y depresión y de calidad de vida. Se realizó test de aliento de hidrógeno con lactosa y fructosa y se indicó una dieta con bajo contenido en FODMAPs por 2 meses por dietistas expertas, tomando como referencia estos test. Se definió como respuesta positiva la mejora de al menos 5 puntos sobre 10 posibles en el cuestionario de síntomas.

* Autor para correspondencia.

Correo electrónico: esapfra@gmail.com (E. Saperas).

Resultados: Se incluyeron 30 pacientes (24 mujeres con una edad media de 39 [12] años). La respuesta a la dieta con bajo contenido en FODMAPs fue positiva en el control de los síntomas de forma global y de síntomas específicos como distensión abdominal, dolor abdominal, diarrea, flatos, náuseas y fatiga en más del 70% de los pacientes ($p < 0,05$), mientras que el estreñimiento mejoró en un 48% de los pacientes ($p > 0,05$). La adherencia a la dieta fue buena en un 87% de los pacientes y esta se asoció como factor predictivo de respuesta positiva en el análisis univariante. **Conclusiones:** La dieta con bajo contenido en FODMAPs se asocia a una mejora de los síntomas en pacientes con SII y distensión abdominal funcional, siendo la adherencia a la dieta un factor determinante.

© 2014 Elsevier España, S.L.U. y AEEH y AEG. Todos los derechos reservados.

KEYWORDS

Irritable bowel syndrome;
Diet;
Fermentable carbohydrates and polyols

The diet low in fermentable carbohydrates short chain and polyols improves symptoms in patients with functional gastrointestinal disorders in Spain

Abstract

Background and aims: Successful treatment of patients with irritable bowel syndrome (IBS) often remains elusive. Recent studies in Australia, the United Kingdom and New Zealand have suggested the efficacy of a diet low in fermentable oligosaccharides, disaccharides, monosaccharides and polyols (FODMAPs) in the management of these patients. The aims of this study were to determine whether a diet low in FODMAPs improves symptoms in patients with functional gastrointestinal disorders (FGID) in Spain and to analyze the predictors of a good response.

Patients and methods: A prospective study was carried out in consecutive patients with FGID type IBS and functional abdominal bloating. At inclusion all patients underwent an assessment through a baseline demographic questionnaire of symptoms of anxiety and depression and quality of life. A hydrogen breath test with lactose and fructose was performed and a low FODMAPs diet was indicated for 2 months by expert dietitians. These tests were taken as a reference. A positive response was defined as an improvement of at least 5 points out of a possible 10 in the symptom questionnaire.

Results: We included 30 patients (24 women, 39 [12] years). The response to the low FODMAPs diet was positive in controlling overall symptoms and specific symptoms such as functional abdominal bloating, abdominal pain, diarrhea, flatulence, nausea and fatigue in more than 70% of patients ($P < .05$). By contrast, constipation was controlled in only 48% of patients ($P > .05$). Adherence to the diet was good in 87% of patients and was a predictor of positive response in the univariate analysis.

Conclusions: A diet low in FODMAPs is associated with symptom improvement in patients with IBS and functional abdominal bloating. Adherence to the diet was a determining factor.

© 2014 Elsevier España, S.L.U. and AEEH y AEG. All rights reserved.

Introducción

El síndrome de intestino irritable (SII) es un trastorno común en la práctica clínica que se caracteriza por dolor abdominal recurrente asociado a cambios del hábito deposicional¹, y que tiene un gran impacto negativo en la calidad de vida de los pacientes².

La patogenia del SII no ha sido totalmente establecida y el tratamiento satisfactorio de los pacientes con SII u otros trastornos funcionales gastrointestinales (TFGI) sigue siendo a menudo difícil. Sin embargo, una proporción significativa de pacientes con SII asocian la aparición o el empeoramiento de los síntomas a la dieta. Este empeoramiento posprandial de los síntomas hace que muchos pacientes crean que sus síntomas son debidos a alimentos que no toleran. La frecuencia de percepción de intolerancia a los alimentos

en pacientes con SII es por lo menos 2 veces más frecuente que en la población general³. La identificación de las intolerancias alimentarias que causan sus síntomas es frecuentemente el motivo de su consulta. Sin embargo, se consigue demostrar intolerancias en una pequeña proporción de pacientes⁴, y la dieta ha desempeñado en gran medida un papel adyuvante más que principal en el manejo de los pacientes con SII. En este sentido, la restricción de hidratos de carbono individuales, como la lactosa o la fructosa, ha sido ampliamente ensayado con escasa respuesta⁵. A pesar de la escasa evidencia de la eficacia del tratamiento dietético en el SII, muchos pacientes restringen el consumo de ciertos alimentos como cítricos, lácteos, fibra, café o alcohol, que ellos consideran que provocan o empeoran sus síntomas. Sin embargo, la respuesta es asimismo en general pobre. Esto ocurre probablemente porque los alimentos

Download English Version:

<https://daneshyari.com/en/article/3287903>

Download Persian Version:

<https://daneshyari.com/article/3287903>

[Daneshyari.com](https://daneshyari.com)