



A RELAÇÃO DE DIETAS VEGETARIANAS NO TRATAMENTO DA DISBIOSE INTESTINAL

La relación de las dietas vegetarianas en el tratamiento de la disbiosis intestinal

The relationship of vegeatian diets in the treatment of intestinal dysbiosis

Sarah Emilly Raposo da Silva

Faculdade Adventista da Bahia,
Cachoeira, Bahia, Brasil.

E-mail: sarahemillyfox@gmail.com

Andréia dos Santos Silva

Faculdade Adventista da Bahia,

E-mail: andreiassilva017@gmail.com

Gabrielly Sobral Neiva

ORCID: 0000-0003-4040-6454

Faculdade Adventista da Bahia,

E-mail: gabrielly.neiva@adventista.edu.br

Iorrana Índira dos Anjos Ribeiro

ORCID: 0000-0002-9202-1708

Faculdade Adventista da Bahia,

E-mail: iorrana.ribeiro@adventista.edu.br

Eixo temático: Ciências da Saúde



RESUMO

Introdução: A disbiose é um desequilíbrio na flora intestinal que causa alteração na quantidade de distribuição das bactérias, provocando o aumento das bactérias nocivas. Uma das causas principais tem relação direta com a má alimentação. Outros fatores incluem idade, estresse, má digestão, pH intestinal e o tempo de trânsito do intestino. O seu tratamento ocorre de duas formas, a medicamentosa e a dietética. Nesta última caracteriza-se a dieta vegetariana, que é classificada em três tipos: ovo - lacto vegetariana (ovos e produtos lácteos); lacto – vegetariana (leites e derivados); e vegetarianos (apenas alimentos de origem vegetal como cereais, frutas, legumes, leguminosas e verduras). Além de possuir baixa densidade calórica, a dieta vegetariana, reduz a quantidade de gorduras totais e mantém baixo os níveis de gordura no sangue, com alto consumo de fibras auxiliando no bom funcionamento do intestino.

Objetivo: Identificar a relação das dietas vegetarianas no tratamento da disbiose intestinal.

Metodologia: Trata-se de um estudo de revisão bibliográfica. O levantamento de artigos será realizado através da busca nas bases de dados Scielo, Lilacs e Pubmed. Para isso serão utilizados os seguintes descritores em português: disbiose intestinal, microbiota intestinal, dieta vegetariana, vegetarianismo; e seus respectivos descritores em inglês. Estes termos serão buscados separadamente e associados entre si. Serão incluídos na pesquisa artigos publicados em português e inglês, na íntegra, que retratem a temática referente à revisão integrativa, que sejam estudos experimentais em humanos, publicados e indexados nos referidos bancos de dados nos últimos 10 anos.

Resultados (esperados / parciais): As bibliografias coadunaram na afirmativa de que no tratamento da disbiose se inclui a dieta vegetariana, configurando um tratamento natural e mais seguro para o paciente. Diante das revisões nota-se a relevância do alimento vegetariano no tratamento e prevenção de doenças relacionadas. E o profissional nutricionista torna-se indispensável neste processo.

Descritores: Dieta; Disbiose Intestinal; Vegetarianismo.

Eixo temático: Ciências da Saúde