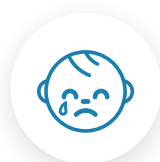


Distúrbios gastrointestinais funcionais – alívio natural apoiado pela ciência



Distúrbios gastrointestinais funcionais (DGIFs)

São um grupo de distúrbios com sintomas gastrointestinais recorrentes que não podem ser atribuídos a anomalias estruturais, mas sim a uma função deficiente, ex. da motilidade intestinal. As crianças são particularmente afetadas pois o seu sistema gastrointestinal ainda não está totalmente desenvolvido.



Cólicas

Choro excessivo, irritabilidade ou agitação, normalmente associados a uma dor abdominal aguda inexplicável.



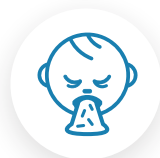
Obstipação

Atraso ou dificuldade em defecar, presente durante 2 ou mais semanas.



Refluxo

Reentrada do conteúdo do estômago no esófago.



Regurgitação

Reentrada do conteúdo do estômago na garganta e boca (i.e., vomitar), um sintoma comum dos refluxos gastroesofágicos.



Diarreia

Gastroenterite aguda, i.e., uma diminuição da consistência das fezes (soltas ou líquidas) e/ou um aumento na frequência de defecação (tipicamente mais de 3 vezes em 24 horas), pode ou não ser acompanhada por **vómitos**.

Medidas de Prevenção

- ✓ Práticas de higiene pessoal e ambiental
- ✓ Educação sobre a higiene
- ✓ Promoção de um ambiente relaxante
- ✓ Amamentar porções pequenas e mais frequentes refeições
- ✓ Ajustar a nutrição da mãe lactante



Opções de tratamento

Tratamento farmacológico

Considerado eficaz, mas tem potenciais efeitos-secundários indesejados.

Tratamento não-farmacológico

Ex: extratos de ervas que são uma opção natural conducente a tratamentos mais seguros. Exemplos de auxiliares naturais:

