

UDS
Mi Universidad



SIBO

MARIA JOSÉ ROMERO MONROY

L. N. Luna Gutiérrez Patricia del
Rosario

UNIVERSIDAD DEL SURESTE

Licenciatura en Nutrición



Fisiopatología I

Tapachula, Chiapas



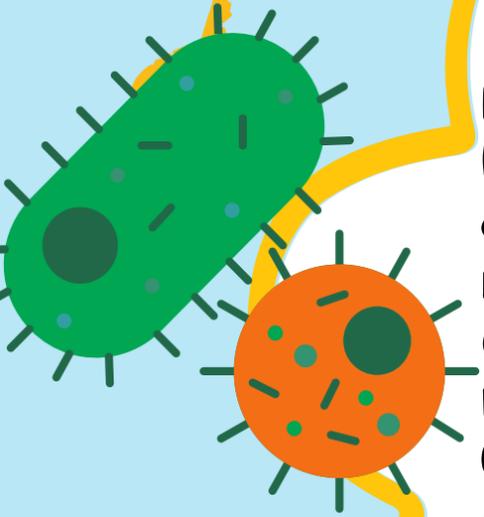
27 de Julio de 2024

SIBO

Sobrecrecimiento bacteriano en el intestino delgado

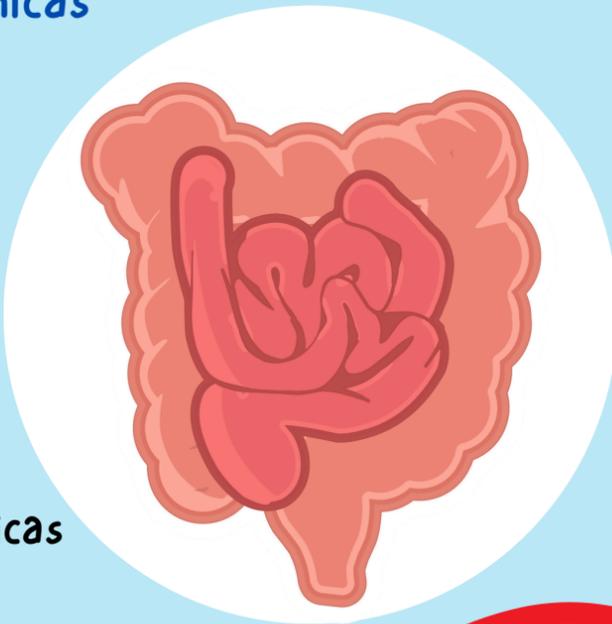
¿Qué es?

Es una producción excesiva de bacterias en el intestino delgado, la sección del intestino que normalmente contiene una cantidad relativamente baja de bacterias en comparación con el intestino grueso.



Manifestaciones clínicas

- Pérdida de peso
- Esteatorrea (tipo de diarrea, caracterizada por la presencia de secreciones lipídicas en las heces).
- Hipoalbumemia
- Deficiencias vitamínicas



Síntomas típicos

- Dolor abdominal
- Hinchazón
- Diarrea
- Flatulencias
- Debilidad



Algunos de los factores que pueden causar o contribuir al SIBO incluyen:

- Efectos secundarios de cirugías bariátricas
- Uso de antibióticos
- Alteraciones en la acidez gástrica
- Consumo excesivo de carbohidratos fermentables
- Enfermedades médicas, como la enfermedad de Crohn, la enfermedad celíaca y la diabetes

La dieta baja en FODMAPs (carbohidratos fermentables) es una opción utilizada, ya que reduce la fuente de nutrientes para las bacterias intestinales.

Aquí algunas opciones recomendadas:

- Proteínas magras como pollo, pavo y pescado.
- Grasas saludables como aguacate en poca cantidad, aceite de oliva y frutos secos en cantidad limitada
- Vegetales y hortalizas bajos en carbohidratos fermentables, como espinacas, hoja verde, zanahoria, calabacín y pepino.
- Frutas con bajo contenido de fructosa, como bayas, naranjas y plátanos verdes.
- Lácteos sin lactosa, como yogurt natural o quesos viejos, maduros y muy madurados.
- Carbohidratos bien tolerados como arroz, quinoa y patatas.