



INFOGRAFÍA: “LA ENFERMEDAD SIBO”.

GARCIA ROBLES XIMENA CAROLINA

LIC. LUNA GUTIERREZ PATRICIA DEL ROSARIO

UNIVERSIDAD DEL SURESTE

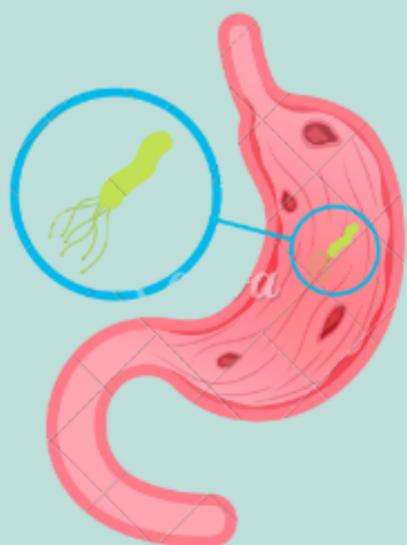
Licenciatura en Nutrición

fisiopatología I

Tapachula, Chiapas

02 de agosto del 2024

SÍNDROME DE INTESTINO IRRITABLE Y BACTERIAS OPORTUNISTAS



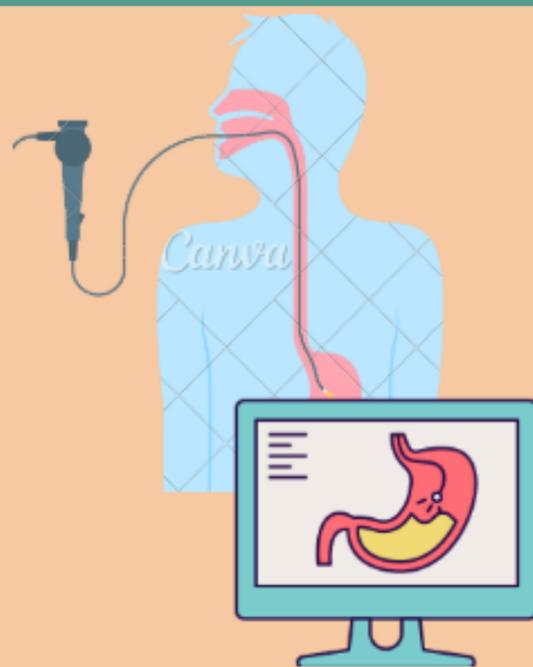
¿QUÉ ES SIBO?

- SIBO es un trastorno en el que bacterias oportunistas crecen excesivamente en el intestino delgado.
- Esto puede causar una variedad de síntomas, incluyendo dolor abdominal, gas, hinchazón, diarrea y fatiga.

DIAGNÓSTICO

se basa en los síntomas y en los resultados de pruebas de laboratorio.

- Análisis de heces para detectar la presencia de bacterias oportunistas.
- Pruebas de respiración para medir los niveles de gases en el intestino.
- Endoscopia o colonoscopia para examinar el intestino y tomar muestras de tejido.



TRATAMIENTO FARMACOLÓGICO

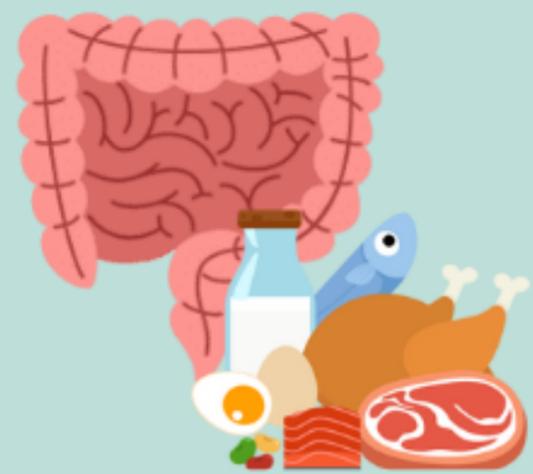
para SIBO puede incluir:

- Antibióticos para eliminar las bacterias oportunistas.
- Medicamentos para controlar los síntomas, como antiespasmódicos y antidiarreicos.
- Suplementos de probióticos para restaurar el equilibrio de la flora intestinal.



TRATAMIENTO DIETÉTICO

- Dieta baja en FODMAPs (Oligo-, Di-, Mono-sacáridos y Polímeros de Carbono) para reducir los síntomas.
- Evitar alimentos que irriten el intestino, como productos lácteos, gluten y alimentos procesados.
- Aumentar la ingesta de alimentos ricos en fibra y nutrientes esenciales.
- Considerar una dieta elemental o una dieta de suplementos nutricionales si es necesario.



DIETA BAJA EN FODMAPS:

Los FODMAPs son carbohidratos que pueden ser difíciles de digerir y pueden alimentar el crecimiento de bacterias en el intestino. Algunos ejemplos de alimentos con FODMAPs incluyen:

- - Lácteos (leche, queso, yogur)
- - Frutas (manzanas, peras, ciruelas)
- - Verduras (cebolla, ajo, brócoli)
- - Legumbres (frijoles, lentejas, guisantes)
- - Granos (trigo, cebada, avena)



Linkografía

Sobrecrecimiento bacteriano del intestino delgado - Síntomas y causas - Mayo Clinic. (2022, 6 enero). Mayo Clinic. <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/small-intestinal-bacterial-overgrowth/symptoms-causes/syc-20370168>

Moreno, M. (2024, 1 julio). Me han diagnosticado SIBO ¿Cómo debe ser mi dieta? Instituto de Microecología. <https://microecologia.es/dieta-sibo/>