



SIBO

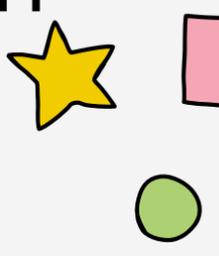
DANIEL BERNABÉ MORALES
MORALES

L. N. Luna Gutiérrez Patricia del
Rosario



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

Licenciatura en Nutrición



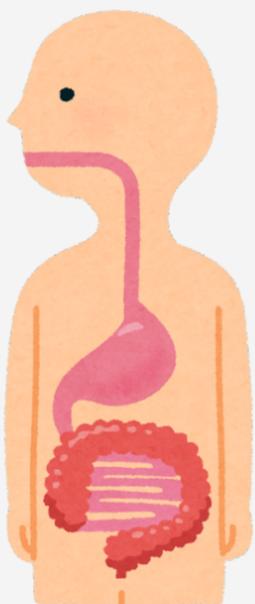
Fisiopatología I

Tapachula, Chiapas

30 de Julio de 2024

crecimiento bacteriano en el intestino delgado

SIBO



¿QUÉ ES?

1

Es la excesiva presencia de bacterias en el intestino delgado que normalmente se encuentran en el intestino grueso; y se asocia a síntomas tales como:

- Dispepsia
- Fatiga
- Flatulencia
- Diarrea
- Náuseas
- Estreñimiento.
- hinchazón y dolor abdominal.

2

FACTORES DE RIESGO:

- Anormalidades anatómicas como diverticulosis del intestino delgado
- Cambio estructurales post-quirúrgicos como el bypass gástrico.
- Fármacos que disminuyen la motilidad intestinal: narcóticos, anticolinérgicos, antidiarreicos
- Hipo o aclorhidria (falta o ausencia de ácido gástrico) por cirugía, gastritis autoinmune o bien, por antiácidos inhibidores de la bomba de protones
- Alteración de la motilidad del intestino delgado (sea cual sea la causa: celiaquía, enfermedad intestinal inflamatoria, enteritis por radiación, adherencias del intestino delgado, diabetes, esclerodermia y amiloidosis)



TRATAMIENTO

3

Tratamiento antibiótico

se recomiendan antibióticos de amplio espectro durante 2 semanas (amoxicilina, rifaximina, ciprofloxacina, etc.).

Tratamiento dietético

Dieta baja en FODMAP: hasta la fecha, no hay ningún estudio que compruebe los efectos de este tipo de dieta en SIBO, no obstante, las intolerancias a sacáridos son frecuentes SIBO, y teóricamente, una dieta baja en alimentos fermentables disminuye la probabilidad de sobrecrecimiento bacteriano por un ambiente menos favorable para ello.



DIETA FODMAP

Alimentos permitidos:

Frutas

Plátanos maduros, fresas, arándanos, kiwi, limones y limas, naranjas, mandarinas, piña, frambuesas, moras, uvas, melón y sandía.

Verduras

Zanahorias, berenjenas, pimiento, calabacín, pepino, endibias, lechuga, rúcula, tomates, calabaza, batatas, chirivías y rábano.

Cereales y panes

Pan de espelta, pan sin gluten, avena sin gluten, arroz, quinoa, sorgo, harina de maíz.

Lácteos y sustitutos

Leche sin lactosa, yogur sin lactosa, quesos maduros como el cheddar, el suizo y el parmesano, leches vegetales como la de almendras, arroz y coco (sin inulina añadida).

Proteínas

Carne de ternera, pollo, cerdo y pescado fresco, huevos y tofu.

Frutos secos y semillas

Nueces de macadamia, semillas de girasol, semillas de calabaza y de linaza.

Edulcorantes

Azúcar de caña, jarabe de arce, stevia, glucosa y dextrosa.

Hierbas y especias

Albahaca, comino, cúrcuma, jengibre, orégano, romero, salvia y tomillo.

Alimentos prohibidos:

Frutas

Manzanas, mangos, melocotones, ciruelas, peras, sandía, hectarinas, albaricoques, uvas pasas, higos y frutas desecadas.

Verduras

Cebolla, ajo, puerro, espárragos, guisantes, remolacha, coliflor, champiñones, col de Bruselas, brócoli y maíz.

Cereales y panes

Trigo, cebada, centeno, pan integral, galletas integrales, y pasta de trigo.

Lácteos y derivados

Leche entera, quesos frescos como el ricotta y el queso fresco, leche de cabra, helado y yogures con azúcar añadida.

Proteínas

Legumbres como frijoles, lentejas, garbanzos, tofu firme, embutidos como chorizo, salchichas y jamón, carne procesada.

Frutos secos y semillas

Almendras, anacardos, pistachos, semillas de chía (en bajas cantidades) y semillas de sésamo.

Edulcorantes

Fructosa, miel, jarabe de maíz con alto contenido de fructosa, sorbitol, xilitol, manitol e isomalt.