REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 21/01/2026 - **Accepted:** 11/04/2026
Vol: 13.06
DOI: 10.66104/0kdmfd07
Pages: 1-17

EFEITO DOS FODMAPs NO TRATAMENTO DIETÉTICO DAS DOENÇAS INFLAMATÓRIAS INTESTINAIS: uma revisão integrativa

THE EFFECT OF FODMAPs IN THE DIETARY TREATMENT OF INFLAMMATORY BOWEL DISEASES: NA INTEGRATIVE REVIEW

Claudia Thais Gomes Carvalho
Nutricionista Residente, Universidade Estadual do Piauí (UESPI), Brasil.
E-mail: claudiathaisg8@gmail.com

Aurilene Soares de Souza Linhares
Mestre e Nutricionista Preceptora, Universidade Estadual do Piauí (UESPI), Brasil.
E-mail: auri.lene@bol.com.br

Andrea Nunes Mendes de Brito
Mestre e Nutricionista Preceptora, Universidade Estadual do Piauí (UESPI), Brasil.
E-mail: andrea.nunes9@gmail.com

Edna Lara Vasconcelos Gomes Monteiro Ramos
Nutricionista Preceptora, Universidade Estadual do Piauí (UESPI), Brasil.
E-mail: nutrilaravasconcelos@gmail.com

Rivanna Sousa Moura
Nutricionista Residente, Universidade Estadual do Piauí (UESPI), Brasil.
E-mail: rivannamoura903@gmail.com

Vanessa Cruz Carvalho
Nutricionista Residente, Universidade Estadual do Piauí (UESPI), Brasil.
E-mail: vanessaccarvalho01@gmail.com

Victória Lorrany Alencar da Costa
Nutricionista Residente, Universidade Estadual do Piauí (UESPI), Brasil.
E-mail: victorialorranyalencar@gmail.com

Resumo

A pesquisa teve como objetivo avaliar o efeito da dieta reduzida em FODMAPs como tratamento nutricional adjuvante nas Doenças Inflamatórias Intestinais (DIIs), visando à diminuição dos sintomas gastrointestinais clássicos. Foi realizada uma busca criteriosa nas bases de dados: PubMed – Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE), Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 21/01/2026 - **Accepted:** 11/04/2026
Vol: 13.06
DOI: 10.66104/0kdmfd07
Pages: 1-17

Scientific Electronic Library Online (SciELO). Os critérios de inclusão foram artigos científicos (observacionais e ensaios clínicos) nas línguas portuguesa e inglesa, publicados entre 2019 e 2025, que contemplaram a temática sobre o efeito dos FODMAPs na terapia nutricional das DIIs, disponíveis em texto completo e que envolveram humanos. Os critérios de exclusão foram artigos que não estavam no período estabelecido, além de editoriais, artigos de revisão, relatos de caso, relatos de experiência e artigos em duplicidade. As evidências disponíveis indicam que uma dieta com baixo teor de FODMAPs pode proporcionar alívio de sintomas em alguns pacientes. Contudo, ainda não há dados suficientes que confirmem um efeito consistente dessa abordagem nas Doenças Inflamatórias Intestinais. Vale destacar que certos estudos apresentam resultados divergentes, razão pela qual o tema permanece em discussão.

Palavras-chave: Doenças inflamatórias intestinais., Doença de Crohn., Retocolite Ulcerativa. Terapia Nutricional., Dieta FODMAPs.

Abstract

This research aimed to evaluate the effect of a low-FODMAP diet as an adjuvant nutritional treatment in Inflammatory Bowel Diseases (IBDs), aiming to reduce classic gastrointestinal symptoms. A thorough search was conducted in the following databases: PubMed – Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE), Virtual Health Library (BVS), and Scientific Electronic Library Online (SciELO). Inclusion criteria were scientific articles (observational studies and clinical trials) in Portuguese and English, published between 2019 and 2025, addressing the effect of FODMAPs in the nutritional therapy of IBDs, available in full text, and involving human subjects. Exclusion criteria included articles outside the established period, as well as editorials, review articles, case reports, experience reports, and duplicate articles. The available evidence indicates that a low-FODMAP diet may provide symptom relief in some patients. However, there is still insufficient data to confirm a consistent effect of this approach on Inflammatory Bowel Diseases. It is worth noting that some studies present conflicting results, which is why the topic remains under discussion.

Keywords: Inflammatory bowel diseases., Crohn's disease., Ulcerative colitis., Nutritional therapy., FODMAPs diet.

1. Introdução

As doenças que afetam a mucosa do trato digestório, causando inflamação crônica, são denominadas doenças inflamatórias intestinais (DIIs). Elas são comumente representadas por duas afecções: a doença de Crohn (DC) e a retocolite ulcerativa (RCU), que possuem etiologia desconhecida. No entanto, sabe-se que alguns fatores estão envolvidos no desenvolvimento dessas patologias, sendo eles: genéticos, imunológicos, ambientais e o desequilíbrio da microbiota intestinal (Freeman, 2014; Caruso, 2019; Bourgonje et al., 2019; Malinowski, 2020).

A ocorrência de DC no Brasil é de aproximadamente 7 casos por 100 mil pessoas, com maior incidência entre adolescentes e adultos jovens, com idade de 10 a 40 anos. Em idosos, observam-se cerca de 15% dos diagnósticos. Quanto à RCU,

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 21/01/2026 - **Accepted:** 11/04/2026
Vol: 13.06
DOI: 10.66104/0kdmfd07
Pages: 1-17

a prevalência é de aproximadamente 250 casos para cada 100 mil pessoas, com incidência particularmente alta entre indivíduos de 15 a 30 anos. Tanto a DC quanto a RCU afetam homens e mulheres de maneira uniforme, o que ressalta a necessidade de estratégias de manejo e tratamento eficazes e adaptáveis a diversas faixas etárias e perfis demográficos (Lago, Guimarães, Azevedo, 2022).

A principal diferença entre a RCU e a DC está na localização e na natureza da manifestação da doença. A DC pode afetar qualquer parte do trato gastrointestinal, da boca ao ânus, enquanto a RCU acomete apenas o intestino grosso e o reto. Outra diferença significativa é a forma como a inflamação compromete o tecido: na DC, a inflamação pode ser transmural, afetando diferentes camadas da parede intestinal, enquanto, na RCU, a inflamação é tipicamente limitada à mucosa e submucosa do cólon. Essas distinções são cruciais para o diagnóstico, tratamento e manejo das DIIs (Venito, Santos, Ferraz, 2022).

Devido à complexidade e ao atraso frequente no diagnóstico das DIIs, que muitas vezes apresentam sintomas inespecíficos e intermitentes, é essencial conscientizar tanto a população quanto os profissionais de saúde sobre essas condições. A promoção da educação continuada e o acesso oportuno a serviços de saúde especializados são medidas cruciais para melhorar o diagnóstico e o manejo dessas condições e evitar complicações graves, proporcionando melhora na qualidade de vida dos pacientes afetados (Campato Júnior, Gomes Júnior, 2023).

Dessa maneira, os hábitos alimentares podem influenciar a saúde tanto de forma positiva quanto negativa. A adoção de uma alimentação saudável é fundamental para a prevenção, recuperação, tratamento e prolongamento do período de remissão das DIIs. Portanto, o tratamento nutricional adequado é essencial para corrigir a desnutrição, suprir deficiências nutricionais e melhorar a qualidade de vida das pessoas acometidas por essas patologias (Mota, Nascimento, Mota, 2022).

Nessa perspectiva, dietas reduzidas em alimentos fermentáveis, oligossacarídeos, dissacarídeos, monossacarídeos e polióis, conhecidos como FODMAPs, que são mal absorvidos pelo organismo e podem causar desconforto intestinal, como dores abdominais, inchaço, flatulência e diarreia, parecem ser uma possibilidade de tratamento dietético em pacientes com DIIs (Dugum, Barco, Garg, 2016; Novais, Sousa, 2022).

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 21/01/2026 - **Accepted:** 11/04/2026
Vol: 13.06
DOI: 10.66104/0kdmfd07
Pages: 1-17

Diante disso, estudos sobre o uso de FODMAPs nas DIIs são importantes, pois o número de trabalhos com essa temática ainda é bastante reduzido na literatura. Portanto, este estudo pode ajudar na validação de dados e auxiliar na conduta dos profissionais de saúde, principalmente os nutricionistas, que podem utilizar esse tratamento para prevenir e tratar crises, além de prolongar o período de remissão da doença, melhorando a qualidade de vida e o estado nutricional, psicológico e social desses indivíduos.

1.1 Objetivos Gerais

O uso de dietas reduzidas em FODMAPs como tratamento nutricional adjuvante para pacientes com DIIs parece ser uma boa opção para melhorar a qualidade de vida desses indivíduos. Dessa maneira, esta revisão tem como objetivo avaliar o efeito da dieta reduzida em FODMAPs nas DIIs, visando à diminuição dos sintomas gastrointestinais clássicos.

2.0 Metodologia

O presente trabalho consiste em um estudo de revisão integrativa da literatura, de caráter descritivo, com abordagem qualitativa. Segundo Mendes et al. (2008), esse tipo de estudo é um método de investigação que permite a síntese e a avaliação crítica das evidências disponíveis na literatura sobre um determinado tema, sendo realizado em seis fases distintas: 1) identificação do tema e seleção da hipótese ou questão de pesquisa; 2) estabelecimento de critérios de inclusão e exclusão dos estudos; 3) definição das informações a serem extraídas dos estudos selecionados e categorização; 4) avaliação dos estudos incluídos; 5) interpretação dos resultados; e 6) apresentação da revisão ou síntese do conhecimento (Botelho et al., 2011; Ganong, 1987; Galvão, Sawada e Trevizan, 2004; Crossetti, 2012; Mendes et al., 2008; Pompeo, Rossi e Galvão, 2009; Souza et al., 2010).

A primeira etapa da pesquisa consistiu na definição da temática e na elaboração da questão norteadora: “O uso de dietas reduzidas em FODMAPs é eficaz como tratamento nutricional adjuvante para pacientes com DIIs?”

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 21/01/2026 - **Accepted:** 11/04/2026
Vol: 13.06
DOI: 10.66104/0kdmfd07
Pages: 1-17

A coleta de dados foi realizada entre agosto e dezembro de 2025, nas seguintes bases de dados: PubMed – Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE), Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Scientific Electronic Library Online (SciELO). Foram utilizados os seguintes descritores: Doenças Inflamatórias Intestinais; Doença de Crohn; Retocolite Ulcerativa; Terapia Nutricional; Dieta FODMAPs, bem como seus correlatos em inglês. Os descritores foram obtidos no DeCS/MeSH e combinados com o operador booleano AND.

As estratégias de busca incluíram as seguintes combinações na MEDLINE e BVS: (“Inflammatory Bowel Diseases” AND “FODMAPs”); (“Proctocolitis” AND “FODMAPs”); (“Crohn Disease” AND “FODMAPs”); (“Inflammatory Bowel Diseases” AND “Nutrition Therapy” AND “FODMAPs”); (“Inflammatory Bowel Diseases” AND “Proctocolitis” AND “Crohn Disease” AND “FODMAPs”); (“Inflammatory Bowel Diseases” AND “Crohn Disease” AND “Nutrition Therapy” AND “FODMAPs”); (“Inflammatory Bowel Diseases” AND “Proctocolitis” AND “Crohn Disease” AND “Nutrition Therapy” AND “FODMAPs”). Na base SciELO, foram realizadas as mesmas combinações com termos em português.

Os critérios de inclusão adotados foram estudos observacionais e ensaios clínicos, publicados em língua portuguesa e inglesa, entre 2019 e 2025, que abordassem o efeito dos FODMAPs na terapia nutricional das DIIs, disponíveis na íntegra e realizados com humanos. Foram excluídos editoriais, cartas ao editor, artigos de revisão, relatos de caso, relatos de experiência, estudos duplicados, incompletos, indisponíveis na íntegra, fora do recorte temporal ou que não respondiam à questão norteadora.

Após a aplicação dos critérios, os artigos potencialmente elegíveis foram selecionados para leitura na íntegra, incluindo a análise dos resumos e textos completos, com o objetivo de confirmar sua elegibilidade.

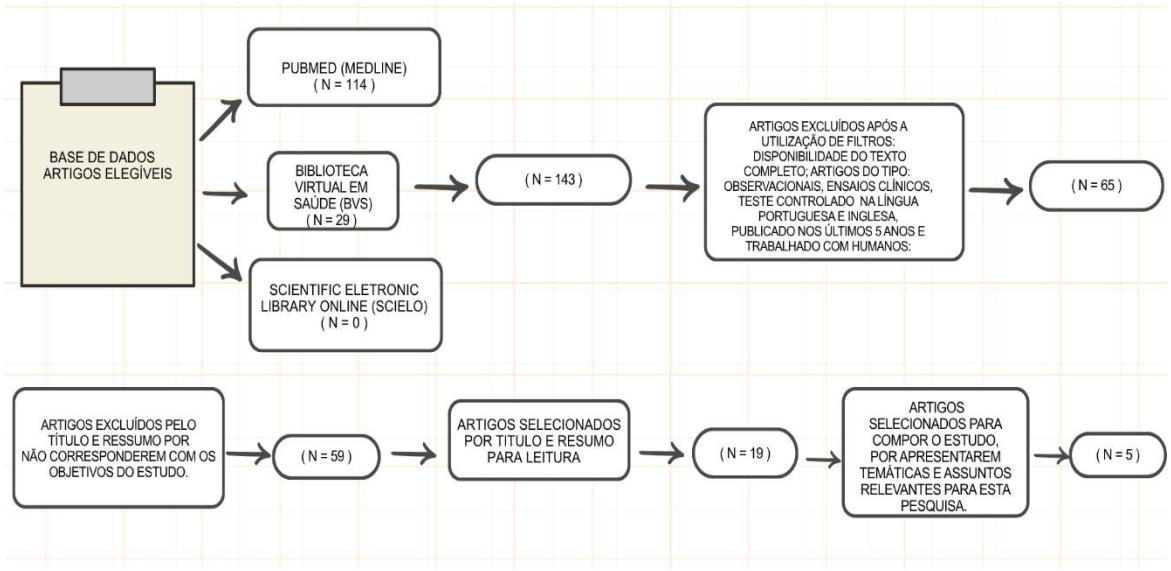
A avaliação da qualidade metodológica dos estudos incluídos foi realizada por meio dos checklists do Joanna Briggs Institute (JBI), aplicados conforme o delineamento de cada estudo. Procedeu-se à síntese qualitativa do risco de viés (classificado como baixo, moderado ou alto), bem como à identificação das principais limitações metodológicas, a fim de qualificar a interpretação dos achados.

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 21/01/2026 - **Accepted:** 11/04/2026
Vol: 13.06
DOI: 10.66104/0kdmfd07
Pages: 1-17

A partir da estratégia de busca adotada, foram identificados 143 artigos, sendo 114 provenientes da MEDLINE, 29 da BVS e nenhum da SciELO. Após a aplicação dos critérios de seleção, 124 artigos foram excluídos, dos quais 51 eram revisões, 13 estavam incompletos ou duplicados e 1 encontrava-se fora do período estabelecido. Os demais não foram incluídos por não contemplarem a temática proposta. A seleção e extração dos dados foram organizadas em um fluxograma (Figura 1) para melhor compreensão.

Figura 1: Fluxograma de pré-seleção e seleção dos artigos.



Fonte: Dados da Pesquisa, 2025

Após a leitura, a avaliação da qualidade metodológica e a verificação da correspondência com o objetivo desta revisão, foram incluídos cinco estudos, conforme a Figura 1, os quais relatam os efeitos de uma dieta com baixo teor de FODMAPs em indivíduos com DIIs.

3.0 Resultados

A caracterização geral dos artigos selecionados para compor a revisão integrativa de literatura e os resultados foram apresentados nos quadros abaixo

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 21/01/2026 - **Accepted:** 11/04/2026
Vol: 13.06
DOI: 10.66104/0kdmfd07
Pages: 1-17

(Quadros 01 e 02), com as informações das etapas percorridas e as principais evidências obtidas pela análise dos estudos incluídos.

Quadro 1: Caracterização geral dos artigos selecionados para compor a revisão integrativa de literatura.

Referência / Ano de Publicação	População /Amostra/ Faixa Etária / Sexo	Instrumento de coleta
Narimani et al., 2024	Estudo envolvendo 50 pacientes com RCU ativa leve a moderada, de ambos os sexos, com idade entre 34 e 39 anos, sem diagnóstico de câncer ou outras doenças inflamatórias, autoimunes, infecciosas ou intestinais.	Pacientes com RCU ativa leve a moderada foram divididos em dois grupos: um recebeu dieta combinada e o grupo controle recebeu dieta regular por seis semanas. Ambos foram orientados por nutricionistas, que também avaliaram a ingestão alimentar e realizaram medidas antropométricas. A atividade da doença e a qualidade de vida foram avaliadas por meio do Inflammatory Bowel Disease Questionnaire-9 (IBDQ-9) e do Simple Clinical Colitis Activity Index (SCCAI).
Melgaard et al.,2022	Pesquisa com amostra final de 45 pacientes com RCU em remissão profunda e	Dois grupos receberam dieta baixa em FODMAPs por oito semanas. A avaliação

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 21/01/2026 - **Accepted:** 11/04/2026
Vol: 13.06
DOI: 10.66104/0kdmfd07
Pages: 1-17

	com sintomas concomitantes de síndrome do intestino irritável (SII), com idade entre 18 e 70 anos, de ambos os sexos.	ocorreu por meio de visitas, ligações telefônicas, questionários específicos sobre alimentos contendo FODMAPs, testes, exames de sangue e análise de amostras fecais.
Cox et al.,2020	Pesquisa com amostra final de 43 participantes, de ambos os sexos, com idades entre 33 e 40 anos, com DC quiescente ou RCU, que apresentavam sintomas intestinais persistentes.	Os pacientes foram aleatoriamente designados para grupos que seguiram uma dieta pobre em FODMAPs ou uma dieta controle, com aconselhamento dietético, por quatro semanas, e responderam a um questionário de frequência alimentar. Os sintomas intestinais e a qualidade de vida relacionada à saúde foram avaliados por meio de questionários validados. A composição e a função do microbioma fecal foram analisadas por sequenciamento metagenômico shotgun, e os fenótipos de células T no sangue foram avaliados por citometria de fluxo.

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 21/01/2026 - **Accepted:** 11/04/2026
Vol: 13.06
DOI: 10.66104/0kdmfd07
Pages: 1-17

Cox et al.,2021	Estudo com 316 pacientes de ambos os sexos, com faixa etária entre 34 e 40 anos, com DII ativa ou inativa, com ou sem sintomas intestinais.	A ingestão de nutrientes, fibras e FODMAPs foi estimada por meio de registros alimentares de 7 dias em pacientes com DII ativa ou inativa, com e sem sintomas intestinais, bem como em controles saudáveis, e os dados foram calculados por meio de software.
Zerouga et al.,2025	Pesquisa com uma amostra de 362 pacientes de ambos os sexos, maiores de 40 anos, com DII ativa ou inativa, com ou sem sintomas de SII.	Pacientes com DII foram comparados a uma população saudável. Um questionário de frequência alimentar (QFA) foi utilizado para coletar dados dietéticos, incluindo a ingestão de FODMAPs, expressa em gramas por 100 g de alimento, e avaliada em pacientes com DII ativa versus inativa. Os critérios de Roma IV foram aplicados para definir sintomas semelhantes aos da SII em pacientes com DII inativa.

Fonte: Dados da Pesquisa, 2025.

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 21/01/2026 - **Accepted:** 11/04/2026
Vol: 13.06
DOI: 10.66104/0kdmfd07
Pages: 1-17

Quadro 2: Principais resultados dos artigos selecionados através da busca sobre o efeito do uso dos FODMAPS para o tratamento dietético das doenças inflamatórias intestinais.

Autores	Principais Resultados
Narimani et al., 2024	A dieta melhorou a qualidade de vida, bem como os sintomas intestinais, a redução da inflamação e a gravidade da doença.
Melgaard et al.,2022	Os resultados dos pacientes submetidos à dieta e do grupo controle em relação aos sintomas foram semelhantes, e não foram observadas diferenças clinicamente relevantes.
Cox et al.,2020	A dieta reduzida em FODMAPs melhorou os sintomas intestinais (p = 0,007) e a qualidade de vida. Contudo, os pacientes apresentaram uma variedade significativamente menor de *Bifidobacterium adolescentis*, *Bifidobacterium longum* e *Faecalibacterium prausnitzii* do que aqueles do grupo controle.”
Cox et al.,2021	Houve uma redução estatisticamente significativa na ingestão total de FODMAPs (p = 0,002), frutano (p = 0,005), sorbitol (p = 0,001), micronutrientes e fibras (p = 0,001) nos pacientes com DII ativa e inativa, quando comparados ao grupo controle.
Zerouga et al.,2025	Não houve associações significativas entre sintomas semelhantes aos da SII e a ingestão de FODMAPs e macronutrientes, tanto no grupo de pacientes com DII inativa quanto na população sem DII.

Fonte: Dados da Pesquisa, 2025.

Quadro 3: Síntese da avaliação metodológica (JBI) dos estudos incluídos.

Estudo	Delineamento (síntese)	Qualidade/Risco de viés (síntese)
Narimani et al., 2024	Ensaio clínico randomizado	Moderada

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 21/01/2026 - **Accepted:** 11/04/2026
Vol: 13.06
DOI: 10.66104/0kdmfd07
Pages: 1-17

Melgaard et al.,2022	Ensaio clínico randomizado	Moderada
Cox et al.,2020	Ensaio clínico randomizado	Moderada
Cox et al.,2021	Estudo de caso-controle	Moderada
Zerouga et al.,2025	Estudo transversal	Moderada

Fonte: Dados da Pesquisa, 2025.

A avaliação crítica da qualidade metodológica dos estudos incluídos (Quadro 3) foi conduzida por meio dos instrumentos do Joanna Briggs Institute (JBI), selecionados de acordo com o delineamento específico de cada estudo. A apreciação metodológica contemplou domínios relacionados à adequação da seleção dos participantes, ao tamanho e à representatividade da amostra, à mensuração das exposições e dos desfechos, bem como à pertinência dos métodos estatísticos empregados. No conjunto das evidências, verificou-se a predominância de ensaios clínicos randomizados. De forma geral, os estudos foram classificados como de qualidade metodológica moderada.

4.0 Discussão

Esta revisão analisou os efeitos de uma dieta com baixo teor de FODMAPs como tratamento auxiliar nas DIIs. Alguns estudos mostraram que a redução dos FODMAPs parece ser uma ferramenta adjuvante para pessoas acometidas por DIIs. Cox et al. (2020) identificaram melhora dos sintomas gastrointestinais e maior qualidade de vida após a dieta com baixo teor de FODMAPs.

Na maioria das pesquisas de intervenção analisadas, observou-se que o consumo reduzido de FODMAPs pode ajudar a aliviar sintomas como frequência de evacuações, produção de gases, flatulência e cólicas, além de promover melhora na qualidade de vida, como observado por Narimani et al. (2024). Essa melhora sintomática parece estar relacionada à redução da fermentação intestinal e da distensão luminal. Contudo, Melgaard et al. (2022) não encontraram resultados significativos relacionados aos sintomas quando comparados ao grupo controle.

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 21/01/2026 - **Accepted:** 11/04/2026
Vol: 13.06
DOI: 10.66104/0kdmfd07
Pages: 1-17

Nos estudos observacionais analisados nesta revisão, conduzidos por Cox et al. (2021) e Zerouga et al. (2025), investigaram-se a ingestão de FODMAPs, bem como suas associações com os sintomas. No primeiro estudo, observou-se uma redução estatisticamente significativa na ingestão de FODMAPs totais, frutanos e sorbitol, além de melhora dos sintomas em pacientes com DII ativa e inativa, quando comparados ao grupo controle. No segundo, não foram encontradas associações significativas entre os sintomas e a ingestão de FODMAPs, tanto no grupo de pacientes com DII inativa quanto na população sem DII.

As evidências atuais indicam um possível alívio dos sintomas em alguns pacientes; porém, ainda não são suficientes para confirmar um efeito consistente sobre a atividade da doença.

O uso prolongado e sem orientação da dieta reduzida em FODMAPs pode trazer alguns efeitos indesejados, como redução da diversidade da microbiota intestinal e ingestão insuficiente de fibras e micronutrientes. Cox et al. (2021) encontraram diferenças significativas na ingestão de vários micronutrientes, tais como potássio, ferro, magnésio, manganês, vitamina C, vitamina K1, riboflavina, biotina e folato, tanto no grupo com DII ativa quanto no grupo com DII inativa. Também houve diferença significativa na ingestão de fibras quando comparado ao grupo saudável.

É notável que os FODMAPs estão presentes em muitos alimentos ricos em nutrientes essenciais para o funcionamento adequado do organismo, que acabam deixando de ser ingeridos por esses indivíduos, prejudicando o estado nutricional e contribuindo para deficiências nutricionais importantes. Por isso, é fundamental que essa dieta seja utilizada por um período limitado, seguindo etapas como restrição, reintrodução e personalização, sempre com o acompanhamento de um nutricionista especializado.

Tanto na fase ativa quanto na de remissão da doença, os pacientes com DIIs frequentemente apresentam inadequações alimentares. A alimentação inadequada pode ocorrer devido às restrições relacionadas ao tratamento dietoterápico ou ainda pelo receio do paciente de ingerir determinados alimentos e desencadear piora dos sintomas (Venito; Santos; Ferraz, 2022).

É importante destacar que a melhora dos sintomas gastrointestinais e o impacto sobre a inflamação intestinal, embora possam parecer interligados, correspondem a

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 21/01/2026 - **Accepted:** 11/04/2026
Vol: 13.06
DOI: 10.66104/0kdmfd07
Pages: 1-17

mecanismos diferentes e têm implicações clínicas importantes. A redução da ingestão de FODMAPs pode aliviar os sintomas, mas não necessariamente reflete alterações no processo inflamatório crônico da mucosa intestinal. Destaca-se que esta pesquisa não identificou impacto sobre a inflamação intestinal.

A dieta de baixo teor de FODMAPs é uma estratégia nutricional que não substitui o tratamento medicamentoso convencional. Ela tem um papel importante na melhora dos sintomas gastrointestinais em pacientes com DIIs. Contudo, essa dieta deve ser indicada com cautela, de forma personalizada e sempre acompanhada por médico e nutricionista, levando em conta as necessidades específicas de cada indivíduo.

Esta revisão apresentou limitações, sobretudo em razão da escassez de estudos disponíveis que investiguem os efeitos dos FODMAPs em pacientes com doenças inflamatórias intestinais. Estudos relevantes podem não ter sido capturados por serem pagos, não indexados nas bases incluídas ou estarem fora do intervalo temporal definido. Ademais, os artigos incluídos demonstram considerável heterogeneidade metodológica (diferenças nos protocolos clínicos, dietéticos e na duração das intervenções), nas fases clínicas das doenças (DC e RCU) e no público-alvo, o que dificulta a realização de comparações diretas entre os resultados e pode comprometer a consistência e a generalização dos achados. Dessa forma, são necessárias mais pesquisas para melhor compreensão das necessidades e do papel da dieta nas DIIs.

5.0 Considerações Finais

Os dados disponíveis sugerem que a dieta reduzida em FODMAPs demonstra um possível benefício sintomático em parte dos pacientes; no entanto, ainda são insuficientes para comprovar um impacto consistente nas doenças inflamatórias intestinais. É importante ressaltar que alguns estudos indicam resultados inconsistentes sobre esses efeitos, razão pela qual ainda são objeto de debate.

Além disso, observa-se o número muito limitado de estudos e diferenças metodológicas, o que pode interferir nos resultados desta revisão. Portanto, outras

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 21/01/2026 - **Accepted:** 11/04/2026
Vol: 13.06
DOI: 10.66104/0kdmfd07
Pages: 1-17

pesquisas são necessárias para compreender completamente os mecanismos dos FODMAPs e os benefícios da dieta reduzida para o manejo dessas doenças.

Referências

BOURGONGE, A. R.; MARTELS, J. Z. H.; BULTHUIS, M. L. C.; LONDEN, M, FABER, K. N.; DIJKSTRA, G.; GOOR, H. Crohn's disease in clinical remission is marked by systemic oxidative stress. **Frontiers in Physiology**, v. 10, art. 499, 2019.

BOTELHO, L. L. R.; CUNHA, C. C. A.; MACEDO, M. O método da revisão integrativa nos estudos organizacionais. **Gestão e Sociedade**, Belo Horizonte, v. 5, n. 11, p. 121-136, 2011.

CAMPATO JÚNIOR, J. A.; GOMES JÚNIOR, E. T. Contribuições das ciências humanas e sociais para a área da saúde: uma abordagem preliminar. **Revista FAG Saúde,** Guarulhos, v. 1, n. 1, 2023.

CARUSO, L. Distúrbios do trato digestório. In: CUPPARI, L. **Nutrição clínica no adulto**. 4. ed. São Paulo: Editora Manole, 2019. cap. 11, p. 270-295.

COX, S. R.; LINDSAY, J. O.; FROMENTIN, S.; STAGG, A. J.; MCCARTHY, N. E.; GALLERON, N.; IBRAIM, S. B.; ROUME, H.; LEVENEZ, F.; PONS, N.; MAZIERS, N.; LOMER, M. C.; EHRLICH, S. D.; IRVING, P. M.; WHWLAN, K. Effects of low FODMAP diet on symptoms, fecal microbiome, and markers of inflammation in patients with quiescent inflammatory bowel disease in a randomized trial. **Gastroenterology,** Filadélfia, v. 158, n. 1, p. 176-188, 2020.

COX, S. R.; CLARKE, H.; OKEEFFE, M.; DUBOIS, P.; IRVING, P.M.; LINDSA, J.O.; WHELAN, K. Nutrient, fibre, and FODMAP intakes and food-related quality of life in patients with inflammatory bowel disease, and their relationship with gastrointestinal symptoms of differing aetiologies. **Journal of Crohn's and Colitis**, v. 18, n. 12, p. 2041-2053, 2021.

CROSSETTI, M. G. O. Integrative review of nursing research: scientific rigor required. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, v. 33, n. 3, p. 12-13, 2012.

DUGUM, M.; BARCO, K.; GARG, S. Managing irritable bowel syndrome: the low-FODMAP diet. **Cleveland Clinic Journal of Medicine**, v. 83, n. 9, p. 655-662, 2016.

FREEMAN, H. J. Natural history and long-term clinical course of Crohn's disease. **World Journal of Gastroenterology**, v. 20, n. 1, p. 31-36, 2014.

GALVÃO, C. M.; SAWADA, N. O.; TREVIZAN, M. A. Revisão sistemática: recurso que proporciona a incorporação das evidências na prática da enfermagem. **Revista Latino-Americana de Enfermagem,** Ribeirão Preto, v. 12, n. 3, p. 549-556, 2004.

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 21/01/2026 - **Accepted:** 11/04/2026
Vol: 13.06
DOI: 10.66104/0kdmfd07
Pages: 1-17

GANONG, L. H. Integrative reviews of nursing research. **Research in Nursing & Health**, v. 10, n. 1, p. 1-11, 1987.

LAGO, A. C. R.; GUIMARÃES, R. M. P.; AZEVEDO, F. H. C. Terapia nutricional no prolongamento do período de remissão em pacientes com doença de Crohn: revisão sistemática da literatura. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 15, art. e243111537197, 2022.

MALINOWSKI, B.; WICIŃSKI, M.; SOKOLOWSKA, M. M.; HILL, N. A.; SZAMBELAN, M. The Rundow of dietary supplements and their effects in inflammatory bowel disease: a review. **Nutrients,** v. 12, n. 7, art. 1973, 2020.

MELGAARD, D.; SORENSEN, J.; RIIS, J.; OVESEN, T. S.; LEUTSCHER, P.; SORENSEN, S.; KNUDSEN, J. K.; NIELSEN-BUNDGAARD, C.; EJSTRUP, J.; JENSEN, A. M.; BORRE, M.; KRARUP, A. L. Efficacy of FODMAP elimination and subsequent blinded placebo-controlled provocations in a randomised controlled study in patients with ulcerative colitis in remission and symptoms of irritable bowel syndrome: a feasibility study. **Nutrients**, v. 14, n. 6, art. 1296, 2022.

MENDES, K. D. S.; SILVEIRA, R. C. C. P.; GALVÃO, C. M. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Texto & Contexto Enfermagem**, Florianópolis, v. 17, n. 4, p. 758-764, 2008.

MOTA, P. P. N.; NASCIMENTO, C. P.; MOTA, I. S. Doenças inflamatórias intestinais: tratamento nutricional. **Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento**, São Paulo, v. 6, n. 8, p. 129-138, 2022.

NARIMANI, B.; SADEGHI, A.; DARYANI, N. E.; SHAHROKH, S.; NILGHAZ, M.; GHODS, M.; SHAFIEE, M.; SHAHPARVARI, M. R.; HEKMATDOOST, A. Effectiveness of a novel diet in attenuation of clinical activity of disease in patients with ulcerative colitis: a randomized clinical trial. **Nutrients**, v. 14, n. 14, art. 13791, 2024.

NOVAIS, H. L. M.; SOUSA, A. G. O. Dieta restrita em FODMAPs no tratamento de sintomas das doenças inflamatórias intestinais e síndrome do intestino irritável. 2022. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Nutrição) – Pontifícia Universidade Católica de Goiás, Goiânia, 2022.

POMPEO, D. A.; ROSSI, L. A.; GALVÃO, C. M. Revisão integrativa: etapa inicial do processo de validação de diagnóstico de enfermagem. **Acta Paulista de Enfermagem**, São Paulo, v. 22, n. 4, p. 434-438, 2009.

SOUZA, M. T.; SILVA, M. D.; CARVALHO, R. Revisão integrativa: o que é e como fazer. **Einstein,** São Paulo, v. 8, n. 1, p. 102-106, 2010.

VENITO, L. S.; SANTOS, M. S. B.; FERRAZ, A. R. Doença de Crohn e retocolite ulcerativa. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 15, n. 7, p. e10667, 2022.

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 21/01/2026 - **Accepted:** 11/04/2026
Vol: 13.06
DOI: 10.66104/0kdmfd07
Pages: 1-17

ZEROUGA, I.; VALEUR, J.; SOMMER, C.; FRIGSTAD, O. S.; STUBHAUG, A.; AAS, A. M. Habitual intake of macronutrients and fermentable oligo-, di-, monosaccharides and polyols is not associated with irritable bowel syndrome-like symptoms in inflammatory bowel disease. **Clinical Nutrition ESPEN**, v. 67, p. 105-113, 2025.