

Autor: Ana Catarina Silva, Mário Martins

Última atualização: 2017/09/08

Palavras-chave: diverticulose, divertículos, doença diverticular, diverticulite, cólon

Resumo

A diverticulose do cólon é uma doença comum do intestino grosso. Atinge sobretudo os mais idosos mas apenas uma minoria de doentes apresenta sintomas. Caracteriza-se pelo aparecimento de divertículos, tipicamente no cólon sigmóide.

Os principais fatores de risco são: a obesidade, a gordura abdominal, e uma alimentação rica em carnes vermelhas e gorduras e pobre em fibras.

Habitualmente esta doença não requer vigilância nem tratamento, podendo ser controlada e prevenida através da adoção de uma alimentação cuidada e rica em fibras, pela prática regular de atividade física e não fumar.

Doença diverticular do cólon

A diverticulose do cólon é uma doença intestinal mais comum em países ocidentais. A sua prevalência aumenta com a idade, atingindo cerca de 30% da população aos 60 anos, mais nas mulheres. Apesar de ser uma doença frequente e cada vez mais comum no mundo inteiro, apenas um quarto das pessoas com diverticulose desenvolve sintomas.

O que são os divertículos?

Os divertículos do cólon são bolsas ou pequenos sacos que se desenvolvem na parede do intestino grosso (cólon). A maioria são adquiridos ao longo da vida e consistem em pseudodivertículos (não envolvem toda a espessura da parede intestinal) e são classificados como divertículos de pulsão, uma vez que surgem pela elevada pressão dentro do intestino.

Em 95% dos casos, os divertículos ocorrem na região do cólon sigmóide. Isto deve-se ao facto desta zona ser uma zona de elevada pressão com contrações intestinais de maior amplitude e portanto mais sensível a ceder.

A diverticulose é a presença de divertículos no intestino sem provocarem sintomas. Quando aparecem sintomas chamamos doença diverticular sintomática e se houver inflamação estamos perante uma diverticulite.

Fatores de Risco

- Obesidade e gordura abdominal
- Alimentação rica em carnes vermelhas e gorduras
- Alimentação pobre em fibras

Sintomas

A doença diverticular manifesta-se tipicamente por **dor de barriga** (70% dos casos na região abdominal inferior esquerda), **diarreia**, **cólicas**, **distensão abdominal**, **alterações dos hábitos intestinais** e por vezes por **perda de sangue** retal ou nas fezes.

Diagnóstico

Na maioria dos casos, os divertículos são detetados acidentalmente em exames intestinais, como o clister opaco ou a colonoscopia.

Prevenção e Tratamento

Na diverticulose do cólon não é necessário tratamento ou vigilância periódica, mas é importante corrigir os fatores de risco e adotar uma alimentação rica em fibras, a prática regular de atividade física e não fumar.

Na doença diverticular, ou seja, diverticulose sintomática, pode ser necessária medicação específica para tratar a crise e prevenir complicações, por vezes, em regime de internamento.

Doentes que já tiveram um ou vários episódios de diverticulite aguda podem necessitar de manter antibioterapia prolongada como forma de prevenção de reinfeção; a cirurgia de correção dos divertículos é a única medida que elimina os divertículos, mas não está indicada em todos os casos.

Complicações

A diverticulose é uma doença benigna. Na maioria dos casos não interfere com o dia a dia do doente nem tem qualquer complicação associada.

A complicação mais comum é a **diverticulite**, onde há inflamação dos divertículos, tipicamente com dor de barriga localizada na região inferior esquerda do abdómen, contínua ou em cólica, de intensidade variável, que pode associar-se a febre, náuseas e vômitos, alterações do trânsito intestinal (geralmente obstipação), flatulência e raramente sangue nas fezes. Pode atingir 10 a 25% dos doentes. A **hemorragia** surge em cerca de 3 a 15% dos casos. Complicações mais graves, mas também mais raras, incluem abscessos, perfurações intestinais, peritonite, fístulas ou obstrução intestinal.

As complicações são mais frequentes em indivíduos fumadores, obesos, com uma alimentação pobre em fibras ou que tomam frequentemente anti-inflamatórios.

Conclusão

A adoção de hábitos de vida saudáveis é fundamental na prevenção e controlo da diverticulose que, na maior parte dos casos, é perfeitamente assintomática. É importante o doente ter um papel ativo na sua doença, com pequenas alterações na alimentação que podem fazer toda a diferença, e no reconhecimento dos sintomas de gravidade que permitem um tratamento precoce.

Referências recomendadas

- [Divertículos do cólon ? Sociedade Portuguesa de Gastrenterologia](#)
- [Doença Diverticular ? Guidelines Práticas da Organização Mundial de Gastroenterologia](#)
- [Diverticulose Cólica ? Sociedade Portuguesa de Endoscopia Digestiva](#)

[**Voltar à página inicial**](#) [**Tem alguma dúvida? Fale connosco**](#) ·

[Ana Catarina Silva](#) · [Mário Martins](#)