

**humanittare**  
always efficient

MAIO  
ROXO

**DOENÇAS  
INFLAMATÓRIAS  
INTESTINAIS  
COLITE  
ULCERATIVA**



A retocolite ulcerativa (RCU) ou colite é uma doença inflamatória intestinal (DII) crônica não contagiosa, em que há inflamação e ulcerações no intestino grosso (cólon), no reto em sua camada mais superficial, a mucosa. Esse processo provoca sintomas como diarreia, hemorragia, cólicas e febre.

Ao contrário da doença de Crohn, a retocolite ulcerativa normalmente não afeta a espessura completa da parede intestinal e quase nunca afeta o intestino delgado. A doença costuma acometer o reto e o sigmoide (fim do intestino grosso), podendo estender-se de forma parcial ou total pelo restante intestino grosso.



Classificada de acordo com a extensão do intestino afetado, a retocolite ulcerativa pode estar limitada ao reto (proctite ulcerativa) ou pode afetar partes adicionais do cólon, geralmente com sintomas acentuados. As pessoas que desenvolvem retocolite ulcerativa em idade mais jovem são mais propensas a ter sintomas graves. A doença também pode ser classificada de acordo com a intensidade que acomete os segmentos, podendo ser leve, moderada ou grave.



# Doença de Crohn x Retocolite Ulcerativa



A doença de Crohn e retocolite ulcerativa são as principais doenças inflamatórias intestinais e ambas são crônicas.

Embora elas tenham muitas semelhanças, há diferenças grandes entre as duas, principalmente no que diz respeito a localização delas no trato gastrointestinal.

A doença de Crohn pode ocorrer em qualquer lugar do trato digestivo e a inflamação que provoca pode ser em algumas partes apenas. A parede das áreas afetadas é mais espessa, com o aspecto de rocha, e úlceras que podem se estender para todas as camadas da parede do trato digestivo. Geralmente a dor ocorre no abdômen inferior direito. O sangramento não é comum durante a evacuação. Na retocolite ulcerativa, a área afetada é tipicamente no cólon e a inflamação é contínua ao longo das áreas afetadas. É comum surgir dor na parte inferior esquerda do abdômen. Pode haver sangramento durante a evacuação.



# Tipos de colite

A colite é classificada de acordo com sua localização:

## **Proctite ulcerativa**

A inflamação está situada na área mais próxima do ânus (reto), e o sangramento retal pode ser o único sinal da doença. Esta forma de colite ulcerativa tende a ser a mais suave.

## **Proctosigmoidite**

A inflamação envolve o reto e o cólon sigmóide (extremidade inferior do cólon). Os principais sinais são diarreia com sangue, cólicas abdominais e dor abdominal.



## **Colite do lado esquerdo**

A inflamação se estende do reto até o cólon sigmóide e descendente. Os sintomas incluem diarreia sanguinolenta, cólicas abdominais e dor no lado esquerdo e perda de peso não intencional.

## **Pancolite**

Geralmente afeta todo o cólon e causa episódios de diarreia sanguinolenta que podem ser graves, cólicas abdominais, fadiga e perda de peso significativa.

## **Colite ulcerativa severa aguda**

Essa forma rara de colite afeta todo o cólon e causa dor intensa, diarreia abundante, sangramento, febre e incapacidade de comer.



# Causas

A causa exata da retocolite ulcerativa é desconhecida. Anteriormente, acreditava-se que a dieta e o estresse podiam estar entre as causas da doença, mas agora sabe-se que isso pode apenas agravar o problema, e não causar a colite ulcerativa.

Uma possível causa é um distúrbio do sistema imunológico. De forma semelhante quando o sistema imunológico tenta combater um vírus invasor ou bactéria, neste caso uma resposta imunológica anormal faz com que ele ataque as células do próprio organismo. Nesse caso, as células da mucosa do cólon e do reto. É como se o organismo entendesse que o intestino grosso fosse um órgão estranho, tentando combatê-lo persistentemente.

A hereditariedade também parece desempenhar um papel na incidência de colite ulcerativa, uma vez que a doença ocorre em pessoas que têm familiares com a doença. No entanto, a maioria das pessoas com retocolite ulcerativa não têm esse histórico familiar.



# Sintomas de Colite ulcerativa

- Diarreia ou urgência retal. Algumas pessoas podem ter diarreia 10 a 20 vezes por dia.
- Sangramento retal.
- Dor abdominal, muitas vezes descrita como cólicas.
- Prisão de ventre (constipação). A constipação é muito menos comum do que a diarreia.
- Perda de apetite.
- Febre.
- Perda de peso.
- Anemia.
- Muco / pus nas fezes.
- Outras manifestações extra-intestinais, como articulares, biliares e oculares.





## Outros sintomas que podem ocorrer na RCU

- Hemorragia gastrointestinal.
- Dor nas articulações.
- Feridas na boca (úlceras).
- Náusea e vômitos.
- Caroços ou lesões na pele.

Outras condições com sintomas semelhantes aos da colite ulcerosa incluem de doença de Crohn, diverticulite, síndrome do intestino irritável (IBS), câncer de cólon e outras colites.



# Colite ulcerativa tem cura?

A maioria das pessoas com retocolite ulcerativa tem períodos de remissão (quando a condição não está ativa) que podem durar vários anos. Esses períodos são interrompidos por ocasionais surtos de sintomas moderados. No entanto, algumas pessoas têm os sintomas de colite ulcerativa todo o tempo.

Crianças podem ter os mesmos sintomas dos adultos. Além disso, as crianças com a doença pode crescer mais lentamente do que o normal e passar pela puberdade mais tarde do que o esperado.





# Convivendo com a doença

Como toda doença crônica ela pode afetar a qualidade de vida dos pacientes, principalmente aqueles casos que apresentam recorrências frequentes da doença. Por esse motivo, mudar os hábitos de vida são essenciais para conviver com a doença:





# Cuidados com a alimentação

Pode ser útil manter um diário alimentar para ter o controle do que você está comendo, e quais alimentos fazem você se sentir melhor ou pior. Se você descobrir que alguns alimentos estão piorando os sintomas, você pode tentar eliminá-los. Aqui estão algumas sugestões que podem ajudar:

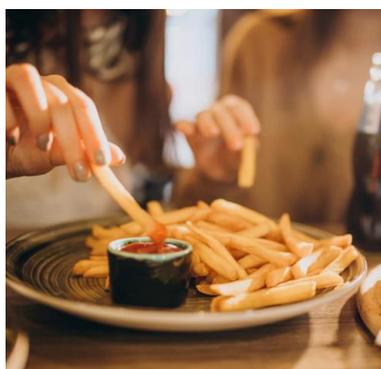


## **Produtos lácteos**

Eles podem agravar sintomas como a diarreia, dor abdominal e gases.

## **Alimentos com alto teor de gordura**

Doenças inflamatórias intestinais podem dificultar a capacidade do organismo de digerir ou absorver gordura normalmente. Em vez disso, a gordura passa através de seu intestino, tornando a diarreia pior. Tente evitar manteiga, margarina, molhos cremosos e alimentos fritos.





## Fibras

Alimentos ricos em fibras, como frutas e vegetais frescos e cereais integrais, podem piorar os sintomas. Se frutas e vegetais crus incomodam, tente cozinhar ou assar esses alimentos. Em geral, você pode ter mais problemas com os alimentos como brócolis e couve-flor, nozes, sementes, milho e pipoca. Você pode ser aconselhado a limitar fibras ou fazer uma dieta de baixo resíduo se há um estreitamento do intestino (estenose).

**Alimentos condimentados**  
**Álcool e cafeína**

# Adapte seus hábitos alimentares

Faça pequenas refeições, cinco a seis vezes por dia.

Beba muito líquido.

Sempre fale com um nutricionista para adaptar a dieta de acordo com suas necessidades.



# Controle o estresse

Embora o estresse não seja uma causa de doença inflamatória do intestino, ele pode fazer seus sinais e sintomas piores, além de desencadear crises. Para ajudar a controlar o estresse, tente:

- Exercícios físicos.
- Exercícios de relaxamento e respiração.
- Meditação ou yoga.
- Psicoterapia.





# Possíveis complicações da doença

- Hemorragia grave
- Perfuração do cólon
- Desidratação grave
- Doença hepática (raro)
- Perda óssea (osteoporose)
- Inflamação da pele, articulações e olhos
- Feridas na mucosa da boca
- Aumento do risco de câncer de cólon
- Cólon inchado (megacólon tóxico)
- Aumento do risco de coágulos sanguíneos nas veias e artérias.

## Colite ulcerativa X Câncer de cólon

Pessoas com colite ulcerativa podem ter maior probabilidade de desenvolver câncer de cólon. O risco é maior quando todo o intestino grosso é afetado e aumenta proporcionalmente ao tempo em que a colite ulcerativa está presente.



Após 20 anos de doença, cerca de 7 a 10% das pessoas terão desenvolvido câncer, e após 35 anos de doença, pode acontecer o mesmo com até 30% das pessoas. O câncer é identificado a cada ano em cerca de uma em 100 a 200 pessoas após 8 a 10 anos de doença em pessoas que apresentam colite ulcerativa ampla.

O diagnóstico da doença é feito pelo gastroenterologista ou pelo coloproctologista com base no histórico clínico dos pacientes e exames complementares, como de sangue e de imagem. Quanto antes diagnosticado e iniciado o tratamento, melhores são os resultados e maiores as chances de controle da retocolite ulcerativa.

Fique atento aos sintomas! Caso apresente algum, não pratique a automedicação. Fale com seu gastroenterologista ou coloproctologista.

Referências:

<https://abcd.org.br/wp-content/uploads/2017/06/Folheto-Viver-com-Retocolite-Ulcerativa.pdf>

<https://gauchazh.clicrbs.com.br/geral/noticia/2013/06/campanha-alerta-sobre-a-importancia-do-diagnostico-precoce-das-doencas-inflamatorias-intestinais-4168916.html>

  
**humanittare**  
always efficient