

## O que são Divertículos do Cólon?

Os divertículos são pequenas bolsas que se formam na parede do intestino grosso ou cólon. A presença de múltiplos divertículos designa-se por diverticulose.



## Porque se formam?

Apesar das causas exactas não serem conhecidas, é provável que os divertículos se formem devido a alterações da motilidade. Pensa-se que contrações fortes levem à ocorrência de pressões muito elevadas em determinados segmentos do cólon, com formação de bolsas, em zonas de fraqueza na parede intestinal, de uma forma semelhante à que uma câmara de ar de uma bicicleta pode fazer através de uma zona de fraqueza do pneu.

Alterações do estilo de vida e da dieta, em particular a redução do conteúdo em fibra, favorecem o desenvolvimento dos divertículos, já que uma inadequada ingestão de fibra, mantém as fezes endurecidas e de pequenas dimensões, levando a que se gere maior pressão para as movimentar através do cólon.

## Provocam sintomas?

Os divertículos habitualmente não causam sintomas, e a maior parte dos doentes não referem queixas durante toda a sua vida. No entanto, alguns manifestam dor abdominal crónica e intermitente. Quando ocorrem sintomas (dor, distensão abdominal, alterações dos hábitos intestinais) estes podem ser indistinguíveis dos de um intestino irritável. A sintomatologia pode também acontecer quando surgem complicações.

As complicações possíveis são: diverticulite (inflamação), hemorragia, perfuração e aparecimento de fístulas e estenoses.

## Como se diagnosticam?

Os divertículos podem ser detectados através da realização de exames imagiológicos (clister opaco, Tomografia Computorizada) ou endoscópicos (colonoscopia, sigmoidoscopia) sendo por vezes observados acidentalmente, no decurso de investigação por outro motivo.

## Como se tratam?

A diverticulose que não se acompanha de sintomas não necessita de qualquer tratamento. O tratamento das formas sintomáticas baseia-se no aumento do conteúdo em fibra da dieta, e ainda no tratamento de sintomas de intestino irritável que possam existir concomitantemente. A terapêutica das complicações pode necessitar de hospitalização.

### **Pontos Importantes**

- Habitualmente ausência de sintomas.
- Ocasionalmente dor abdominal ligeira (lado esquerdo) ou alteração dos hábitos intestinais (obstipação). Consulte o seu médico se apresentar estes sintomas.
- Ingira uma dieta rica em fibra e pobre em gordura e carne vermelha.