



INTERVENÇÕES NUTRICIONAIS PARA PACIENTES PÓS-COLECISTECTOMIA: ESTRATÉGIAS PARA OTIMIZAR A DIGESTÃO E A QUALIDADE DE VIDA

JANAKELLE DE VASCONCELOS DUARTE

Introdução: A colecistectomia é um dos procedimentos cirúrgicos mais realizados no mundo, especialmente para o tratamento de doenças biliares. A remoção da vesícula biliar altera o fluxo da bile, impactando a digestão de gorduras e podendo causar desconfortos gastrointestinais, como diarreia e distensão abdominal. A nutrição tem papel fundamental na adaptação dos pacientes a essa nova condição digestiva, tornando essencial o desenvolvimento de estratégias nutricionais eficazes para minimizar os impactos da cirurgia. **Objetivo:** Analisar as principais estratégias nutricionais para otimizar a digestão e a absorção de nutrientes em pacientes pós-colecistectomia, contribuindo para um melhor manejo dos sintomas gastrointestinais e adaptação alimentar. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, baseada em artigos científicos publicados entre 2017 e 2024. Foram analisados estudos que abordam a fisiologia digestiva após colecistectomia, diretrizes nutricionais e o impacto das intervenções alimentares na qualidade de vida dos pacientes. Os dados foram selecionados conforme sua relevância na construção de protocolos alimentares adequados para o pós-operatório. **Resultados:** A revisão evidenciou que a adoção de uma dieta moderada em gorduras, com fracionamento das refeições e aumento da ingestão de fibras solúveis, auxilia na adaptação digestiva e reduz sintomas gastrointestinais. Estratégias como o uso de triglicerídeos de cadeia média (TCM) e a adequação da hidratação também mostraram benefícios na melhora do conforto digestivo. Além disso, a exclusão de alimentos ultraprocessados e ricos em gorduras saturadas demonstrou reduzir os desconfortos gastrointestinais. **Conclusão:** As intervenções nutricionais pós-colecistectomia são essenciais para a adaptação digestiva e a melhora da qualidade de vida dos pacientes. O acompanhamento nutricional contínuo e a adoção de diretrizes baseadas em evidências são fundamentais para minimizar os sintomas gastrointestinais e promover um melhor estado nutricional a longo prazo.

Palavras-chave: **COLECISTECTOMIA; NUTRIÇÃO CLÍNICA; ADAPTAÇÃO DIGESTIVA**