

Cliente: Dr. Vladimir Schraibman
Veículo: Jornal Vida Integral out-10 capa e pág 8
Seção: Digestão
Data: Outubro-10

P. 10 | **DIETA MEDITERRÂNEA, MAIS SAÚDE NA MESA**
Alimentação | Povos do Mediterrâneo têm menos doenças cardíacas



P. 04 | **ELE QUER ACORDAR AS PESSOAS**
Entrevista | Compositor e cantor Anand Taza dá recado forte

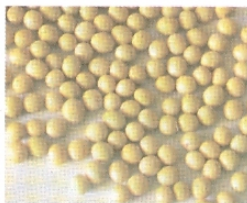
Outubro de 2010 - Nº 340
www.vidaIntegral.com.br

Vida Integral

MAIS QUE UM JORNAL, UM ESTILO DE VIDA

Fundado em 07/1982

Editor: Ivo Santos Cardoso



ESTUDO REVELA: SOJA É BOA PEDIDA

Consumir soja pode
proteger mulheres contra
osteoporose

Página 11



ÓTIMO PARA
PERNAS E CORAÇÃO

P. 08
DIGESTÃO

Um transtorno chamado digestão

- Estresse, frituras, frutas ácidas provocam úlceras?
- Chocolate e cigarro causam azia? Antiácidos funcionam?
- Várias questões e as respostas do especialista, Dr. Vladimir Schraibman, do Hospital Albert Einstein

LEIA TAMBÉM:

- PREVENÇÃO PARA SALVAR VIDAS E RIMÕES DE ALGUNS



lo ano passado, cerca de 1700 incidentes de medicamentos falsificados foram notificados em todo o mundo, o triplo do total em 2004, diz a farmacêutica Security Institute (PSI), grupo financiado por companhias farmacêuticas. O relato é da EUA Today.



DIGESTÃO

Estresse, frituras, frutas ácidas provocam úlcera? Antiácidos funcionam? Veja respostas

O Dr. Vladimir Schraibman, membro do corpo clínico do Hospital Albert Einstein, autor de textos divulgados em publicações nacionais e estrangeiras, faz revelações esclarecedoras

O sistema digestivo é responsável pela transformação de alimentos em nutrientes necessários às diferentes funções do organismo. Há muitos mitos sobre o que causa a maioria das doenças neste sistema, composto por órgãos como estômago, intestino, vesícula, fígado e esôfago.

Para responder as principais dúvidas o Dr. Vladimir Schraibman, gastroenterologista, cirurgião do aparelho digestivo do Hospital Israelita Albert Einstein, São Paulo, e um dos principais especialistas brasileiros em cirurgia robótica, esclarece alguns mitos sobre o assunto.

A hérnia de hiato causa azia

Em parte. Alguns que sofrem de azia têm hérnia hiatal, mas ela aparece também com outras doenças. Tosses, vômitos, obstipação crônica, esforços físicos abruptos, aumento de peso e idade acima dos 60 anos podem estar ligados à hérnia.

Chocolates, mentolados e fumo causam azia

Verdade. Tanto chocolates como mentolados podem ocasionar refluxo do ácido produzido pelo estômago. Outros alimentos: tomate e derivados, frutas cítricas, café (caféina), frituras e gorduras. Estudos revelam que o fumo ao diminuir o tônus da musculatura do esfíncter inferior do esôfago, contribui para o refluxo.

Antiácidos melhoram azia

Em parte. Melhora a curto prazo. O uso indiscriminado pode resultar em diarreia, alterações no metabolismo do cálcio e retenção de magnésio (que afeta pacientes com problemas renais).

Úlcera é mais comum entre estressados constantes

Mentira. Atualmente, sabe-se que a bactéria *Helicobacter pylori* que é o grande vilão causador da maioria das úlceras. De acordo com alguns estudos, elas são mais comuns em pessoas de condição sócio-econômica baixa.

Quem usa ácido acetilsalicílico regularmente é maior vítima úlcera gástrica

Verdade. Tomadores crônicos de ácido acetilsalicílico ou que consomem essa substância quatro dias por semana, durante três meses ou mais, tem maior risco de desenvolver úlcera gástrica, como também de apresentarem sangramento desta úlcera.

Úlcera gástrica ou duodenal deve restringir a ingestão de alguns alimentos

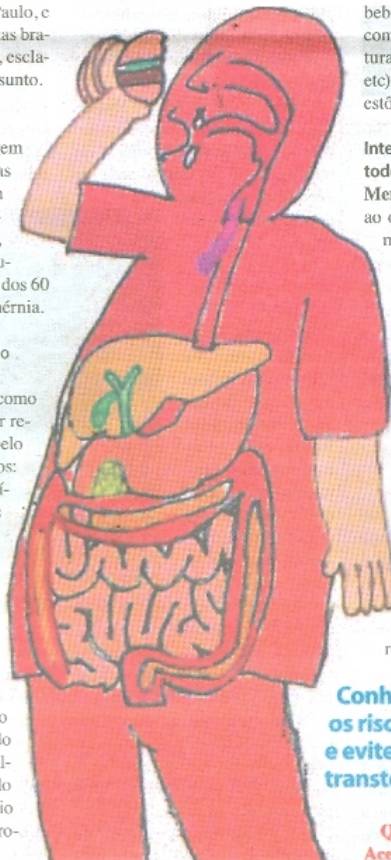
Verdade. Café, chá mate, chá preto, bebidas à base de cola, alimentos com muito tempero, gorduras, frituras e frutas ácidas (laranja, limão etc), aumentam a secreção ácida do estômago.

Intestino regular é o que funciona todos os dias

Mentira. Normal: entre três vezes ao dia até três vezes durante a semana. Dentro desta faixa, tudo bem.

Alcoolismo crônico é a única causa de cirrose do fígado

Mentira. Cirrose tem muitas causas, entre elas a hepatite viral. Nas crianças, a cirrose pode ser causada por problemas hereditários, incluindo fibrose cística, deficiência de alfa-1-antitripsina, atresia biliar, doença de acúmulo de glicogênio. Nos adultos, a cirrose ainda pode ser causada pela hepatite B ou outras doenças mais raras, tais como a cirrose biliar primária, doenças de acúmulo de metais no corpo, reação severa contra algumas drogas administradas e exposição prolongada a toxinas do ambiente.



Conheça os riscos e evite transtornos

Quer mais informações? Acesse www.vidaintegral.com.br