

PREVALÊNCIA DE CONSTIPAÇÃO EM ADOLESCENTES DE UMA ESCOLA MUNICIPAL DA CIDADE DE PELOTAS-RS

**CAVADA, Giovanna da Silva¹; MACHADO, Adriana Fiala Kramer¹; CARUCCIO, Letícia Dione²
MADRUGA, Samanta Winck³**

¹Universidade Federal de Pelotas, Curso de Nutrição; ² Nutricionista do Centro de Saúde Urbano do Areal; ³Universidade Federal de Pelotas, Departamento de Nutrição.
gsc.nutri@hotmail.com

1 INTRODUÇÃO

A constipação intestinal é usualmente definida em termos de mudanças na frequência, tamanho, consistência ou facilidade de passagem das fezes e consitui-se como um problema comum em crianças na idade escolar (LOENING-BAUCKE, 1993).

A constipação crônica é comum em crianças e pode evoluir com algumas complicações quando não tratada adequada e precocemente. Os sintomas e os sinais mais frequentemente associados à constipação crônica são dor e distensão abdominais, escape fecal, vômitos, sintomas urinários, sangue nas fezes e inapetência (MOTTA; SILVA, 2000). Em estudos realizados em unidades básicas de saúde, ambulatorios de pediatria e escolas a prevalência de constipação intestinal varia entre 17,5% e 36,5% (MEDEIROS et al., 2007).

O papel da alimentação no desencadeamento e perpetuação da constipação merece atenção especial, pois se sabe que este tem influência no desenvolvimento ou não da constipação. A heterogeneidade dos critérios para caracterizar essa doença possivelmente fez com que as estimativas de prevalência apresentassem certa variabilidade, pois ainda faltam estudos avaliando amostras probabilísticas de grandes grupos populacionais, mas, se estes projetos forem realizados, ao que tudo indica, deverão confirmar os resultados já disponíveis, mostrando que a prevalência de constipação em nosso país é muito elevada (MORAIS; MAFFEI, 2000).

O objetivo do presente estudo foi identificar a prevalência de constipação intestinal em adolescentes matriculados da 6^o a 8^o série em uma escola municipal da cidade de Pelotas/RS.

2 METODOLOGIA

Estudo descritivo de delineamento transversal, realizado com 92 adolescentes de uma escola da cidade de Pelotas-RS, em turmas de 6^a a 8^a séries.

Um questionário padronizado composto por questões referentes a alguns hábitos alimentares e intestinais foi auto-aplicado em sala de aula durante o mês de maio do ano de 2011. As perguntas referiam-se a quantos copos de água o adolescente consumia por dia, quantas frutas, a frequência semanal para a ingestão de vegetais e sobre a presença ou não de alguns sintomas intestinais como fezes endurecidas, esforço, dor e dois ou mais dias sem evacuar.

Foi utilizado como critério diagnóstico para constipação intestinal, a presença de no mínimo dois dos sintomas citados anteriormente.

Os dados foram duplamente digitados no Excel, e a análise estatística foi realizada no programa STATA, versão 11.

Os pais assinaram o termo de consentimento para a realização da pesquisa.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

O grupo estudado foi composto por 92 estudantes de 6^a a 8^a série, com idades entre 11 e 19 anos, sendo que o sexo predominante foi o feminino (Tabela 1). Houve 25% de perdas, em função das ausências na escola no dia da pesquisa.

Tabela 1. Características dos adolescentes estudados em uma escola de Pelotas durante o mês de maio do ano de 2011.

Variável	n	Percentual
Sexo		
Masculino	43	46,7%
Feminino	49	53,2%
Idade		
11 a 12 anos	26	28,2%
13 a 14 anos	48	52,1%
15 anos ou mais	18	19,5%
Série de estudo		
6 ^o Série	34	36,9%
7 ^o Série	31	33,7%
8 ^o Série	27	29,3%
Total	92	100 %

A maioria dos adolescentes (36%) apresentava sete ou mais evacuações semanais (Tabela 2).

Tabela 2. Número de evacuações semanais

Número de evacuações	n	Percentual
1 a 3	31	34 %
4 a 6	28	30%
7 ou mais	33	36%
Total	92	100%

No gráfico 1 podemos observar o percentual de adolescentes que apresentava ou não os sintomas de fezes endurecidas, eliminação dolorosa, com esforço e/ou dois ou mais dias sem evacuar.

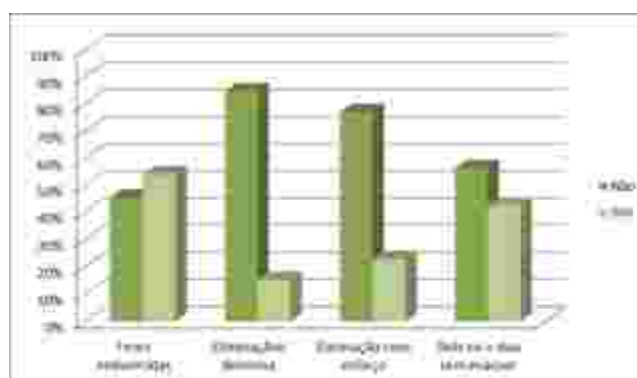


Gráfico1. Percentual dos sintomas apresentados pelos adolescentes

Pode-se observar que os sintomas mais frequentes foram fezes endurecidas/ressecadas (54,3%) e dois ou mais dias sem evacuar (42,4%). Resultado semelhante foi encontrado no estudo de Del Ciampo et al. (2002), no

qual, esforço para evacuar, fezes endurecidas/ ressecadas e intervalo maior ou igual a dois dias foram os mais prevalentes com percentuais de 91,6%, 85,7% e 82,1% respectivamente.

A prevalência de constipação encontrada nesse grupo foi de 39%, resultado elevado, quando comparado com outros estudos realizados no Brasil, como demonstrado nos trabalhos feitos por Medeiros et al. (2007) e Oliveira et al. (2006), também com adolescentes, nos quais os resultados encontrados foram 11% e 22,3% concomitantemente.

A maioria dos estudantes ingeria por dia de 1 a 3 copos de água (39%), uma fruta (38%) e consumia vegetais de duas a quatro vezes por semana (44%), constituindo-se, portanto, uma alimentação pobre em fibras, o que pode explicar a alta prevalência de constipação encontrada nesse estudo, uma vez que a ingestão adequada desses alimentos promove melhor funcionamento intestinal, apresentando relação inversa com a constipação (MEDEIROS et al., 2007).

Em estudo realizado por Carvalho et al. (2001), o consumo de frutas foi expressivo (>80%). Entretanto, verificou-se ser o consumo menos frequente na forma *in natura*, com preferência ao consumo de suco de frutas, especialmente entre os meninos, em que 92% dos estudantes mencionaram consumir suco de frutas pelo menos uma vez na semana. Os adolescentes apresentaram um consumo de hortaliças folhosas inferior às frutas, demonstrando a necessidade de destacar a importância desses vegetais como componentes alimentares, fontes de fibras, minerais e vitaminas. A frequência de consumo de hortaliças folhosas entre as meninas (56,5%) foi maior do que entre os meninos (52,0%).

No que diz respeito à constipação auto referida, 12% dos alunos relataram apresentá-la, no entanto esse resultado se distancia da prevalência de constipação encontrada no estudo (39%), já com pesquisa também realizada na cidade de Pelotas (COLETTE; ARAÚJO; MADRUGA, 2010) essa concordância se apresentou de maneira positiva sendo as prevalências 26,9% e 25,6% para o diagnóstico e para auto referida respectivamente.

Em relação ao sexo, masculino se mostrou mais constipado (39%), já no estudo de OLIVEIRA et al., (2006) realizado em São Paulo as meninas apresentaram maior percentual de constipação 27,4%, do que os meninos 14,9%, diferenças entre os sexos na motilidade intestinal e percepção visceral já foram apontadas por alguns estudos como fatores associados a doenças gastrointestinais funcionais, como a constipação intestinal (CHANG et al., 2006).

Foi observado que quanto maior a idade do adolescente maior o percentual de constipação, indivíduos com 15 anos ou mais obtiveram 44% de prevalência, enquanto os jovens de 13 e 14 anos e 11 e 12 anos 43% e 29% respectivamente, resultado semelhante foi encontrado por Oliveira et al. (2006), no qual os estudantes de 14 a 18 anos obtiveram 32,5%.

Esses resultados não se mostraram significativos, provavelmente devido ao pequeno tamanho da amostra estudada.

4 CONCLUSÃO

A respeito da constipação auto referida pôde-se observar que a maioria dos adolescentes não considera que a apresentação de alguns sintomas se constitua um quadro de constipação, pois apenas 12% deles referiram ter intestino preso, enquanto que com o método diagnóstico adotado pelo estudo 39% foram classificados como constipados.

Com relação às questões referentes a alguns hábitos alimentares que a maioria dos adolescentes possuía baixo consumo de fibras e água.

Devido à alta prevalência de constipação, demonstra a importância de fazer novos estudos relativos à constipação em adolescentes. A educação nutricional é um fator importante para a prevenção dessa doença e deve ser feita não só por profissionais da saúde como também pelos educadores nas próprias escolas.

5 REFERÊNCIAS

CARVALHO, C. M. R. G.; NOGUEIRA, A. M. T.; TELES J. B. M.; PAZ, S. M. R.; SOUSA, R. M. L. Consumo alimentar de adolescentes matriculados em um colégio particular de Teresina, Piauí, Brasil. **Revista de Nutrição**. Campinas, v. 14, nº 2, p. 85-93, 2001

CHANG, L; TONER, B. B; FUKUDO, S; GUTHRIE, E; LOCKE, G. R; NORTON, N. J. Gender, age, society, culture, and the patient's perspective in the functional gastrointestinal disorders. **Gastroenterol**. v. 130, p.1435-46, 2006.

COLETTE, V. L.; ARAÚJO, C. L.; MADRUGA, S. W. Prevalência e fatores associados à constipação intestinal: um estudo de base populacional em Pelotas, Rio Grande do Sul, Brasil, 2007. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 26, p. 1391-1402, jul, 2010.

DEL CIAMPO, I. R. L., et al. Prevalência de constipação intestinal crônica em crianças atendidas em unidade básica de saúde. **Jornal de Pediatria**. vol. 78, p. 235-239, 2002.

LOENING-BAUCKE V. A. Chronic constipation in children - **Gastroenterology** 105: 1557-1564, 1993.

LOENING-BAUCKE V. A. Constipation in early childhood: patient characteristics, treatment and longterm follow up. **Gastroenterology**. v. 34, p. 1400-1404, 1993.

MEDEIROS, L. C. S.; MORAIS, M. B.; TAHAN, Soraia.; FUKUSHIMA, Érika.; MOTTA, M. E. F. A.; FAGUNDES-NETO, Ulysses. Características clínicas de pacientes pediátricos com constipação crônica de acordo com o grupo etário. **Gastroenterologia Pediátrica** - v. 44 – nº. 4 – out./dez. 2007.

MORAIS. B.; MAFFEI. H - Constipação intestinal - **Jornal de Pediatria** - Vol. 76, Supl.2, 2000.

MOTTA, M. E. F. A.; SILVA, G. A. P. Sinais e sintomas associados à constipação crônica. **Jornal de Pediatria** - Vol. 76, nº 3, 2000.

OLIVEIRA, J. N.; TAHAN, S.; GOSHIMA, S.; FAGUNDES-NETO, U.; MORAIS, M. B. Prevalência de constipação em adolescentes matriculados em escolas de São José dos Campos/SP, e em seus pais – **Revista Pediátrica de Gastroenterologia** - v. 43 – nº.1 – jan./mar. 2006.