

HÁBITOS INTESTINAIS AOS 8 ANOS DE IDADE

RICARDO LUBINI¹; CRISTINA C KAUFMANN²; ELAINE P ALBERNAZ³

1 Universidade Católica de Pelotas – ricalubini@gmail.com

2 Universidade Católica de Pelotas – cristinackaufmann@hotmail.com

3 Universidade Católica de Pelotas – zanrebla@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

O retardo ou dificuldade nas defecações podem causar desconforto significativo para a criança e ter impacto nas suas relações. As modificações nos padrões dietéticos e redução da atividade física que vêm ocorrendo podem levar a alterações dos hábitos intestinais.

Entre as alterações de hábito intestinal, um dos principais exemplos é a constipação funcional crônica. A dieta pobre em fibra alimentar é um dos principais fatores envolvidos, sendo que seu emprego auxilia na prevenção e no tratamento da constipação. Em 1972, Burkitt e colaboradores descreveram a relação entre constipação e hábitos alimentares, demonstrando que o consumo de maior quantidade de fibra ocasiona trânsito intestinal mais rápido e aumento do peso das fezes. Já em 1969, este autor chamou a atenção para a falta de valorização e de estudos, na literatura, das relações temporais e geográficas com a prevalência de certas doenças, especialmente apendicite, doença diverticular do cólon e câncer de cólon e reto. Procurou relacionar as mudanças dos hábitos alimentares nos países desenvolvidos com a fisiopatogenia dessas doenças, particularmente a remoção das fibras não absorvíveis dos alimentos pelos modernos métodos de industrialização. Maffei e colaboradores, em 1994, em Botucatu, no interior do estado de São Paulo, constataram que 85% das crianças com constipação crônica funcional ingeriam dietas com quantidades pequenas ou mínimas de fibra alimentar. Estudo realizado na cidade de São Paulo, por Morais e colaboradores, em 2000, comparou o consumo de fibras por crianças com constipação crônica com o consumo por crianças com hábito intestinal normal. A ingestão mediana de fibra alimentar total, segundo tabela brasileira de fibra alimentar nos alimentos, pelas crianças com constipação foi estatisticamente inferior e correspondeu a cerca de dois terços da ingestão pelas crianças sem constipação. Essa diferença dependeu, basicamente, de menor consumo de fibra insolúvel pelas crianças com constipação.

O objetivo deste estudo foi verificar o padrão de hábito intestinal de crianças aos 8 anos de idade. Trata-se de uma análise preliminar a respeito de mudanças nos hábitos intestinais, dentre eles, a constipação funcional crônica; posteriormente serão avaliadas quais crianças preenchem critérios para o diagnóstico de constipação, de acordo com os critérios de ROMA III: 2 ou mais dos seguintes critérios; ocorrência semanal; por pelo menos 2 meses: 2 ou menos evacuações em uma semana; ao menos 1 episódio semanal de escape fecal; comportamento de retenção de fezes; movimentos intestinais dolorosos; grande massa fecal no reto; fezes que obstruem o vaso sanitário.

2. MÉTODOS

Trata-se de estudo de coorte prospectivo que incluiu a triagem hospitalar de todos os nascimentos ocorridos de setembro/2002 a maio/2003 e acompanhamento de uma amostra aleatória de 30% (aos um, três e seis meses e oito anos de idade). Foram selecionadas as crianças residentes em Pelotas; algumas crianças não puderam participar, uma vez que o estudo partiu da amostra de outro estudo, no qual a proposta é avaliar aspectos relacionados ao aleitamento materno, algumas mães possuíam patologias que contra-indicam o aleitamento materno; ocorreram recusas em participar do estudo por parte de alguns pais; e ocorreram algumas perdas durante o acompanhamento, todavia, a amostra continuou sendo significativa. Na visita aos oito anos de idade, foram avaliados aspectos da alimentação, atividade física e saúde infantil.

Quanto aos aspectos éticos, o estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética da Universidade Católica de Pelotas; foi fornecido Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). As crianças que apresentaram problemas de saúde foram encaminhadas ao ambulatório da Universidade.

O processamento foi realizado por meio de dupla digitação dos dados no programa EpiInfo 6.0; enquanto para a análise, foi utilizado o programa Stata 11.0.

3. RESULTADOS

Foram avaliadas 616 crianças, sendo 51,3% meninos, 70,3% de cor branca, cerca de metade pertencem à classe econômica C, 37% tinham excesso de peso e somente 29% realizavam atividade física regularmente; 76,5% evacuavam diariamente, mas 40,7% apresentavam fezes endurecidas, 25,3% tinham dificuldade para evacuar e 13% já haviam utilizado laxante ou supositório.

O presente estudo trata-se de uma análise preliminar a respeito de mudança nos hábitos intestinais, dentre eles, a constipação funcional crônica; posteriormente será avaliado quais crianças preenchem critérios para o diagnóstico de constipação.

4. CONCLUSÕES

As altas prevalências de alteração das evacuações mostram a necessidade de orientação e promoção de hábitos adequados para sua prevenção.

O tratamento envolve, fundamentalmente, a adoção de esquema alimentar rico em fibras. Quanto à dieta, deve-se ter em mente as dificuldades para promover mudanças nos hábitos alimentares do paciente e de sua família, no sentido de aumentar a quantidade de fibras na alimentação. Dependendo da idade do paciente, os seguintes alimentos devem ser incluídos ou aumentados na alimentação: feijão, ervilha, lentilha, grão de bico, milho, pipoca, coco, verduras, frutas in natura e secas, aveia em flocos, ameixa preta. As frutas, quando possível, devem ser consumidas com casca e bagaço. Para as crianças que já apresentam constipação crônica funcional, com complicações, precisam ser abordados os problemas de relacionamento que o paciente com escape fecal enfrenta tanto na escola como com a própria família; é fundamental que sejam reduzidas as tensões familiares e os sentimentos de insegurança e inferioridade do paciente que diminuem sua auto-estima. Para esse objetivo podem ser utilizados recursos como desenhos e histórias.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. MORAIS, Mauro Batista; MAFFEI, Helga Verena L. Constipação intestinal. **Jornal de Pediatria**, Rio de Janeiro, v. 76, supl. 2, p. S157-S156, 2000;
2. MOTTA, Maria Eugênia F. A.; SILVA, Gisélia A. P. Constipação intestinal crônica funcional na infância: diagnóstico e prevalência em uma comunidade de baixa renda. **Jornal de Pediatria**, Rio de Janeiro, v. 74, n. 6, p. 451-454, 1998;
3. Constipation in children. Afzal et al. Italian Journal of Pediatrics 2011, 37:28. Acessado em 09 out. 2013. Online. Disponível em: <http://www.ijponline.net/content/37/1/28>.