



LORENA ARAÚJO LUZ
MAGNÓLIA GOMES CASTELO BRANCO

ESTUDO DA PREVALÊNCIA DE CONSTIPAÇÃO INTESTINAL EM ACADÊMICOS
DE MEDICINA DE UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR EM TERESINA – PI

2019
TERESINA-PI

LORENA ARAÚJO LUZ
MAGNÓLIA GOMES CASTELO BRANCO

ESTUDO DA PREVALÊNCIA DE CONSTIPAÇÃO INTESTINAL EM ACADÊMICOS
DE MEDICINA DE UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR EM TERESINA – PI

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao Curso de Medicina do
Centro Universitário UNINOVAFAPI
como requisito parcial para obtenção do
título de Bacharel em Medicina.
Orientadora: Prof. Ana Valéria Santos
Pereira de Almeida

2019
TERESINA-PI

FICHA CATALOGRÁFICA

L979e Luz, Lorena Araujo.

Estudo da prevalência de constipação intestinal em acadêmicos de medicina de uma instituição de ensino superior em Teresina - PI / Lorena Araujo Luz; Magnólia Gomes Castelo Branco. – Teresina: Uninovafapi, 2019.

Orientador (a): Prof. Dr. Ana Valeria Santos Pereira de Almeida; Centro Universitário UNINOVAFAPI, 2019.

14. p.; il. 23cm.

Monografia (Graduação em Medicina) – Centro Universitário UNINOVAFAPI, Teresina, 2019.

1. Constipação intestinal. 2. Epidemiologia. 3. Estudante de medicina. I. Título. II. Castelo Branco, Magnolia Gomes. III. Almeida, Ana Valeria Santos Pereira de.

Catálogo na publicação

Antonio Luis Fonseca Silva – CRB/1035

Francisco Renato Sampaio da Silva – CRB/1028

ESTUDO DA PREVALÊNCIA DE CONSTIPAÇÃO INTESTINAL EM ACADÊMICOS
DE MEDICINA DE UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR EM TERESINA – PI

STUDY OF INTESTINAL CONSTIPATION PREVALENCE IN ACADEMICS OF
MEDICINE OF A HIGHER EDUCATION INSTITUTION IN TERESINA – PI

ESTUDIO DE LA PREVALENCIA DE CONSTITUCIÓN INTESTINAL EN
ACADÉMICOS DE MEDICINA DE UNA INSTITUCIÓN DE ENSEÑANZA SUPERIOR
EN TERESINA - PI

Ana Valéria Santos Pereira de Almeida¹; Lorena Araújo Luz²; Magnólia Gomes Castelo
Branco³.

RESUMO

A constipação é uma síndrome intestinal crônica desencadeada por muitos fatores, entre eles: alterações anatômicas, estruturais, mecânicas, metabólicas e funcionais. Um grupo de risco para tal patologia são os estudantes de Medicina. Este estudo visou identificar a prevalência de constipação intestinal em acadêmicos de Medicina de uma instituição de ensino superior em Teresina, Piauí. A pesquisa foi seccional, transversal, exploratória e descritiva, realizada entre fevereiro e abril/2019. Envolveu 196 alunos de Medicina através da aplicação de um questionário, dos quais 170 preenchiem critérios de inclusão para a pesquisa. A prevalência de constipação foi de 20,59% (n= 35). Assim, configura-se relevante a verificação desta condição entre os discentes de Medicina, a fim de possibilitar adoção de medidas intervencionistas nesta população.

Descritores: Constipação Intestinal; Epidemiologia; Estudantes de Medicina.

ABSTRACT

Constipation is a chronic intestinal syndrome triggered by many factors, including: anatomical, structural, mechanical, metabolic, and functional changes. A group at risk for such pathology are medical students. This study aimed to identify the prevalence of intestinal constipation in medical students of a higher education institution in Teresina, Piauí. The

¹ Docente do curso de graduação em Medicina do Centro Universitário UNINOVAFAPÍ. Endereço: Rua Vitorino Orthiges Fernandes, 6123, Bairro Uruguai, CEP: 64073-505. Teresina – Piauí. E- mail: anavsp@yahoo.com.br

² Acadêmica do 11º período de Medicina do Centro Universitário UNINOVAFAPÍ. Endereço: Rua Vitorino Orthiges Fernandes, 6123, Bairro Uruguai, CEP: 64073-505. Teresina – Piauí. E-mail: lorenaaraujoluz@hotmail.com

³ Acadêmica do 11º período de Medicina do Centro Universitário UNINOVAFAPÍ. Endereço: Rua Vitorino Orthiges Fernandes, 6123, Bairro Uruguai, CEP: 64073-505. Teresina – Piauí. E-mail: magnolia.9@hotmail.com

research was cross - sectional, exploratory and descriptive, conducted between February and April / 2019. It involved 196 medical students through the application of a questionnaire, of which 170 met inclusion criteria for the research. The prevalence of constipation was 20.59% (n = 35). Thus, it is relevant to verify this condition among medical students, in order to allow the adoption of interventional measures in this population.

Keywords: Intestinal Constipation; Epidemiology; Medical students.

RESUMEN

El estreñimiento es un síndrome intestinal crónico desencadenado por muchos factores, entre ellos: alteraciones anatómicas, estructurales, mecánicas, metabólicas y funcionales. Un grupo de riesgo para tal patología son los estudiantes de Medicina. Este estudio tuvo como objetivo identificar la prevalencia de constipación intestinal en académicos de Medicina de una institución de enseñanza superior en Teresina, Piauí. La investigación fue seccional, transversal, exploratoria y descriptiva, realizada entre febrero y abril / 2019. En el caso de las mujeres, se observó un aumento de la mortalidad infantil. La prevalencia de constipación fue del 20,59% (n = 35). Así, se configura relevante la verificación de esta condición entre los discentes de Medicina, a fin de posibilitar la adopción de medidas intervencionistas en esta población.

Descriptores: Constipación Intestinal; Epidemiología; Estudiantes de Medicina.

INTRODUÇÃO

A constipação é uma síndrome intestinal crônica que pode ser desencadeada por muitos fatores, entre eles: alterações anatômicas, estruturais e mecânicas, alterações metabólicas e, ainda, alterações funcionais. (LIM et al 2016; TRISÓGLIO et al 2010). De acordo com os critérios diagnósticos de Roma IV, a constipação funcional é definida pela presença de 2 ou mais dos seguintes critérios: esforço em mais de 25% das evacuações; fezes duras ou ressecadas em mais de 25% das evacuações; sensação de evacuação incompleta em mais de 25% das evacuações; sensação de bloqueio/obstrução em mais de 25% das evacuações; necessidade de manobras manuais facilitadoras em mais de 25% das evacuações; menos de três evacuações espontâneas por semana. Além disso, a presença de fezes macias deve ser rara sem o uso de laxantes e deve haver critérios insuficientes para síndrome do intestino irritável. Tais critérios devem estar presentes nos últimos três meses, com os sintomas ocorrendo há seis meses antes do diagnóstico (LACY et al 2016).

Segundo Trisóglgio et al 2010, a constipação funcional (CF) é uma das desordens funcionais mais comuns do trato gastrointestinal, apresentando alta prevalência na população em todo o mundo, sendo mais prevalente que doenças crônicas como hipertensão, obesidade e diabetes

mellitus. Tal prevalência deve-se aos hábitos alimentares modernos (aumento de ingestão de alimentos industrializados, refeições rápidas, omissão de refeições) associados com sedentarismo, baixo nível de educação, uso de medicamentos, além de fatores psicossociais e econômicos (GARCIA et al 2016; JAIME et al 2009; SHI et al 2015).

Esse síndrome intestinal crônica é o espelho da modificação dos hábitos alimentares. Sabe-se que esses hábitos, com a industrialização e avanços tecnológicos, vêm sendo alterados por uma dieta pobre em fibras e cereais e rica em alimentos refinados e industrializados. Tal padrão predispõe ao desenvolvimento e exacerbação da constipação intestinal. Isto, porque uma dieta rica em fibras é importante para o funcionamento adequado do trato gastrointestinal (VRIES et al 2016).

A constipação intestinal está associada, ainda, à diminuição de qualidade de vida, bem como ao aumento de gastos com saúde, declínio de produtividade individual e absenteísmo (MARKLAND et al 2013). Assim, é importante a discussão e conhecimento deste problema de saúde pública.

Além dos fatores de risco já mencionados na gênese da constipação intestinal, citam-se também a idade e sexo como fatores relevantes. Em relação à idade, Dani (2001 apud GARCIA et al 2016 p.157) aponta que, após 60 anos, a incidência de constipação intestinal aumenta muito, chegando após os 65 anos a atingir de 21 a 34 % das mulheres e 9-26% dos homens. Já em mulheres, a maior prevalência de constipação intestinal relaciona-se a fatores hormonais, comportamentais e ocorrência de danos à musculatura do assoalho pélvico em cirurgias ginecológicas e obstétricas (GARCIA et al 2016).

Um outro importante grupo de risco para constipação intestinal são os estudantes universitários. Segundo Bomfim, Nunes, Alves (2017), o ingresso na faculdade representa um grande desafio, pois configura, muitas vezes, a primeira experiência de responsabilidade com moradia, alimentação e finanças. Tal situação, associada ao estresse pertinente a estudos e provas, a horários desregulados para refeições, à substituição de refeições por lanches rápidos, à dificuldade em evacuar fora de casa e ao sedentarismo contribui para o desenvolvimento de constipação. Assim, fica evidente que os estudantes de Medicina configuram uma população com grande potencial para o desenvolvimento de constipação intestinal.

Dessa forma, reconhecendo a constipação intestinal como uma condição crônica, um bom prognóstico requer uma melhoria no estilo de vida, principalmente nos hábitos dietéticos (ASAKURA et al 2017). É um desafio, portanto, intervir na constipação intestinal em estudantes universitários, uma vez que estes possuem um estilo de vida marcante e de difícil

mutabilidade. Contudo, compreendendo a realidade na qual eles estão inseridos e praticando uma abordagem multidisciplinar (gastroenterologistas, nutricionistas, psicólogos e psicoterapeutas), será possível fomentar práticas mais satisfatórias e de melhor qualidade para os sujeitos envolvidos neste contexto.

Esta pesquisa tem como objetivo geral verificar a prevalência da constipação intestinal entre estudantes de Medicina; e como objetivos específicos relacionar a constipação intestinal com os hábitos alimentares adquiridos pelos estudantes de Medicina e com a presença de sedentarismo, associar as condições psicológicas desencadeadas pelo curso com tal patologia e identificar o impacto da constipação intestinal na qualidade de vida e diminuição de produtividade individual.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo seccional transversal, observatório e descritivo realizado no período de 25 de fevereiro a 15 de maio de 2019 no Centro Universitário UNINOVAFAPI, localizado em Teresina – Piauí. A amostra em estudo foi composta por 196 alunos regularmente matriculados no curso de Medicina. Para determinação do tamanho da amostra, tomou-se como parâmetro de referência a prevalência de 15% ($p=0,15$) de constipação observada na população adulta segundo LOPES; VICTORIA (2008). A margem de erro (E) foi de 5% e nível de confiança de 95% ($z = 1,96$).

Foram incluídos na pesquisa os estudantes que no período de coleta estivessem matriculados no curso de Medicina no Centro Universitário UNINOVAFAPI e que concordaram em participar da pesquisa através da leitura e assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Foram excluídos do estudo gestantes, aqueles com diagnóstico confirmado de outras patologias intestinais e questionários preenchidos de forma inadequada e/ou incompletos, contabilizando 26 questionários excluídos. Também foram excluídos os estudantes que após assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e resposta do questionário desistiram, por algum motivo, de participar da pesquisa, sem quaisquer prejuízos a eles. Aos participantes foi garantido o sigilo das informações fornecidas, bem como a liberdade para solicitação de desligamento do estudo em qualquer fase de execução do mesmo.

Os questionários foram aplicados pelas pesquisadoras. O contato com os participantes da pesquisa foi feito de forma direta com os estudantes presentes no UNINOVAFAPI. Ao serem abordados, foram explicados todos os objetivos da pesquisa e, ao concordarem com a participação, foi realizada a assinatura do TCLE.

O estudo baseou-se na aplicação de um questionário constituído de 27 questões de múltipla escolha e de fácil entendimento sobre o funcionamento intestinal, hábitos alimentares, história familiar e estilo de vida. Através das respostas obtidas, foram enquadrados como portadores de constipação intestinal aqueles estudantes que preencheram os Critérios de Roma IV. Além de correlacionar os hábitos alimentares, ingesta hídrica, história familiar, atividade física à ocorrência de constipação intestinal.

Os dados coletados foram registrados numa planilha no Microsoft Excel e posteriormente foram exportada para o programa IBM SPSS *Statistics* 20.0, que processou os resultados em tabelas e gráficos e realizou o teste estatístico. A análise estatística foi do tipo descritiva, por meio da leitura das frequências absolutas (Nº) e relativas (%). O teste de associação do qui quadrado foi utilizado com nível de significância de 5%. Foi utilizado também, teste binomial para uma proporção, com nível de significância de 5%.

A pesquisa foi realizada após a aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa do Centro universitário UNINOVAFAPI sob o número CAAE 97284818.0.0000.5210.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Neste estudo, o total de alunos considerados para a amostra foi de 170, com média de idade de 23 anos, sendo 65,29% (n=111) mulheres e 34,71% (n=59) homens. De acordo com os critérios de Roma IV, a prevalência de constipação entre os participantes foi de 20,59% (n=35), sendo 26,13% (n=29) do sexo feminino e 10,17% (n=6) do sexo masculino (Tabela 1). Assim, fica evidente que existe diferença entre a prevalência de constipação em estudantes de medicina (20,59%) e na população em geral descrita na literatura (15%) (LOPES; VICTORIA, 2008).

O meio acadêmico possui fatores característicos que predis põem a constipação intestinal. Isto ocorre pela carga horária extensa e integral, além de inflexibilidade de horários. Dessa forma, os estudantes possuem horários irregulares para a realização de refeições, sendo frequente a substituição de uma refeição balanceada por alimentos rápidos e práticos, pobres em fibras. Prejudica, ainda, o ato evacuatório naqueles que apresentam dificuldade em evacuar fora de casa (BOMFIM; NUNES; ALVES, 2017). A falta de tempo interfere também na realização de atividades físicas, culminando no sedentarismo, um importante fator de risco para o desenvolvimento de constipação intestinal (TRISÓGLIO et al., 2010).

O ingresso na faculdade/universidade, muitas vezes, implica em mudança de cidade, tornando necessária a administração de sua própria moradia, alimentação e finanças (BOMFIM; NUNES; ALVES, 2017). Tal responsabilidade somada a preocupações inerentes à graduação,

como provas, trabalhos, plantões, demais atividades do internato e preocupações e envolvimento com pacientes são fatores contribuintes para instabilidade emocional, favorecendo ainda mais a constipação intestinal.

Também foi possível verificar no presente estudo elevada prevalência de constipação intestinal entre o sexo feminino: 26,13% (n=29) (Tabela 1). Uma das explicações para tal prevalência seriam os fatores hormonais. Na fase lútea do ciclo menstrual, por exemplo, as manifestações de sintomas de constipação intestinal estão aumentadas em consequência da ação da progesterona, fato também observado durante os dois últimos trimestres da gestação. Danos à musculatura do assoalho pélvico durante cirurgias ginecológicas e obstétricas também poderiam justificar tal prevalência. (TRISÓGLIO et al., 2010). Segundo Collete; Araújo; Madruga 2007 fatores comportamentais, histórias de abuso sexual, físico e emocional também podem estar associados com disfunções do sistema digestório.

Tabela 1- Prevalência de constipação intestinal por sexo e faixa etária em acadêmicos de Medicina em uma IES. Teresina (PI), 2019

		Portador de Constipação					
		Não		Sim		Total	
		Nº	%	Nº	%	Nº	%
Sexo	Fem	82	73,87	29	26,13	111	100,00
	Mas	53	89,83	6	10,17	59	100,00
	Total	135	79,41	35	20,59	170	100,00
Faixa etária	até 23	86	83,50	17	16,50	103	100,00
	mais de 23	49	73,13	18	26,87	67	100,00
	Total	135	79,41	35	20,59	170	100,00

Fonte: Pesquisa direta

Em relação aos hábitos alimentares, 42,86% (n=15) dos estudantes portadores de constipação referem adequada ingestão de fibras (“1 a 2 vezes por dia”), enquanto 57,14%

(n=20) referem inadequada ingestão (Tabela 2). Segundo Vries et al., 2016, as fibras de cereais aumentam o peso fecal e aceleram o tempo de trânsito intestinal, já o impacto das fibras de frutas e legumes na regularidade do hábito intestinal ainda é desconhecida. Todavia, sabe-se que, independente do tipo de fibra, o tempo de trânsito é, geralmente, normalizado através do aumento da ingestão desta. Assim, a baixa ingestão de fibras por estudantes de medicina constitui fator de risco para constipação. (VRIES; MILLER; VERBEKE, 2015).

Sabe-se que a fibra dietética está naturalmente presente em diferentes grupos alimentares, como cereais, legumes, frutas, feijão e ervilhas. Porém, estas diferentes fontes diferem na sua funcionalidade e efeitos na função intestinal. A fibra do trigo, por exemplo, aumenta o peso total das fezes e a frequência das fezes, assim como o tempo de trânsito intestinal entre aqueles com um tempo de trânsito inicial maior de 48 h. Esses efeitos no peso das fezes são atribuídos à elevada resistência das fibras do trigo à fermentação por bactérias colônicas, associadas com a sua capacidade de ligação à água (1 g de fibra liga cerca de 3 g de água). Desta forma, tem-se o aumento do volume de massa fecal que resulta em estímulo do movimento colônico, ajudando assim a reduzir o tempo de trânsito e aumentar a frequência das evacuações (VRIES; MILLER; VERBEKE, 2015).

Diante disto, fica evidente que a ingestão inadequada de fibras é cada vez mais uma preocupação global, já que a ingestão média está bem abaixo das recomendações. Isto, porque além de estar associada à constipação, a ingesta inadequada de fibras também está associada ao aumento do risco de diabetes tipo 2, doença cardiovascular, certos tipos de cânceres, ganho de peso e doença diverticular. Logo, o aumento do consumo de fibra dietética oferece uma alternativa mais segura e econômica que laxantes para prevenir ou aliviar sintomas de constipação e de outras comorbidades.

No que se refere ao local das refeições, apenas 37,14% (n=13) dos acadêmicos com constipação realizam suas refeições em fast-food, lanchonetes e restaurantes, enquanto 62,86% (n=22) realizam as refeições em casa. Já de acordo com a frequência das refeições, 74,29% (n=26) dos estudantes constipados realizam quatro refeições ou mais e 25,71% (n=9) realizam três refeições ou menos (Tabela 2). Embora no presente estudo não se apresente associação entre quantidade e local das refeições e constipação, sabe-se que a omissão de refeições pode ajudar na gênese desta patologia (JAIME et al, 2009). Tal omissão é corriqueira na vida dos estudantes de medicina devido às inúmeras atividades pertinentes ao curso.

De acordo com a ingesta hídrica, 71,42% (n=25) apresentam consumo inferior a sete copos de água por dia e 28,57% (n=10) consome oito ou mais copos de água por dia (Tabela 2). Segundo Jaime et al (2009), é recomendada a ingestão de pelo menos oito copos de líquidos

por dia, pois tal prática contribui na alteração do peso e maciez das fezes, além de se relacionar ao aumento do número de reflexos gastrocólicos e lubrificação intestinal. Dessa forma, o baixo consumo de líquidos pelos acadêmicos de medicina também constitui um fator de risco importante para a prevalência de constipação nesta população.

Referente à prática de exercícios físicos, 37,14% (n=13) não praticam qualquer atividade, 22,86% (n=8) praticam uma a duas vezes por semana, 22,86% (n=8) praticam de três a quatro vezes por semana e 17,14% (n=6) praticam atividade cinco vezes ou mais (Tabela 2). A falta de tempo entre os acadêmicos de medicina interfere na realização de atividades físicas, culminando no sedentarismo (TRISÓGLIO et al, 2010). De acordo com Soares et al (2018), a atividade física tem como benefícios a promoção de movimentos do intestino grosso, alterações hormonais que auxiliam no peristaltismo, além de aumento do tônus de musculatura abdominal e pélvica, facilitando a expulsão do bolo fecal. Para a obtenção de tais benefícios, faz-se necessária a prática regular de atividade física (no mínimo três vezes por semana).

À ausência de prática de atividade física, somam-se os hábitos da vida contemporânea: os indivíduos limitam as atividades físicas corriqueiras, através do uso de controle remoto, computadores, *videogame*, televisão, elevador, entre outros. Dessa maneira, a adoção do padrão de comportamento moderno contribui com a diminuição de esforços do ser humano na realização de suas tarefas diárias, sendo coadjuvantes da diminuição da motilidade intestinal. (COLLETE; ARAÚJO; MADRUGA, 2010). Portanto, os resultados do presente estudo corroboram com a literatura: a ausência de atividade física auxilia no desenvolvimento de constipação intestinal.

O tabagismo comporta-se como um fator de “proteção” para a constipação intestinal. Tal efeito ocorre porque a nicotina possui efeito adrenérgico, que gera redução no tempo de esvaziamento gástrico e aumento da atividade motora intestinal. Exemplo deste mecanismo é o surgimento de constipação intestinal entre ex-fumantes (COLLETE; ARAÚJO; MADRUGA, 2010). No presente estudo, em relação ao tabagismo, 100% (n=35) dos acadêmicos portadores de constipação não fumam. Assim, apesar dos efeitos deletérios do tabagismo, o hábito de fumar configura-se como um fator de proteção entre os estudantes, diminuindo os sintomas de constipação através do aumento da atividade motora intestinal.

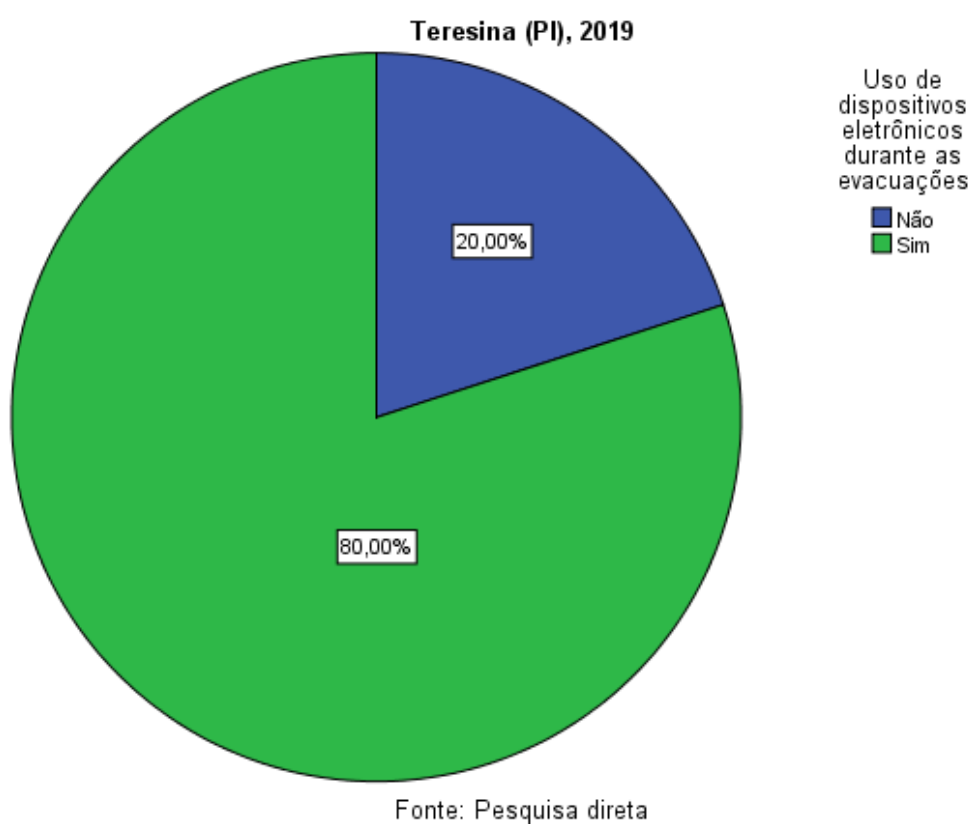
Tabela 2 - Estilo de vida dos acadêmicos de Medicina em uma IES com constipação intestinal. Teresina (PI), 2019.

		Nº	%
Frequência de atividade física	Não pratica	13	37,14
	1 a 2 vezes por semana	8	22,86
	3 a 4 vezes por semana	8	22,86
	Mais de 5 vezes por semana	6	17,14
	Total	35	100,00
Hábito de fumar	Não fuma	35	100,00
	Diariamente	-	-
	Final de semana	-	-
	Quando bebe	-	-
	Total	35	100,00
Local de refeições	Casa	22	62,86
	Lanchonete, fast food, restaurantes	13	37,14
	Total	35	100,00
Frequência de refeições diárias	2X	2	5,71
	3X	7	20,00
	4X ou mais	26	74,29
	Total	35	100,00
Frequência de ingestão de alimentos ricos em fibras	1 a 2 vezes por dia	15	42,86
	1 a 2 vezes por semana	5	14,29
	3 a 4 vezes por semana	9	25,71
	Raramente	6	17,14
	Nunca	-	-
	Total	35	100,00
Quantidade de ingestão hídrica diária	1 a 3 copos	8	22,86
	2 a 7 copos	17	48,57
	Mais de 8 copos	10	28,57
	Total	35	100,00

Fonte: Pesquisa direta

O uso de dispositivos eletrônicos (celulares e tablets) durante o ato evacuatório foi bastante significativo entre os acadêmicos com constipação intestinal, correspondendo a 80% (Gráfico 2). Não há na literatura referência de que tal prática constitua um fator na gênese da constipação. Porém, sabe-se que o uso de eletrônicos funcionam como distração durante as evacuações, podendo interferir na obediência ao reflexo da evacuação. Isto dificulta o reestabelecimento de uma resposta adequada ao reflexo gastrocólico, necessário para uma evacuação satisfatória. Dessa forma, necessita-se de mais estudos para que se possa comprovar a existência de relação deste fator com a constipação intestinal.

Gráfico 2 Uso de dispositivos eletrônicos durante a evacuação por acadêmicos com constipação.



Além dos fatores dietéticos, outro fator importante na gênese da constipação intestinal são as condições psicológicas, como: estresse, ansiedade e depressão. Nesse contexto, sabe-se que profissionais de saúde, devido à rotina de atendimentos, plantões e responsabilidades com a saúde de outros indivíduos, apresentam maior susceptibilidade a tais condições. Os estudantes de Medicina experimentam na faculdade o treinamento para tal rotina (através de ambulatórios, enfermarias e plantões), além de submeterem-se à grande carga horária teórica e realização de provas. Assim, também se inserem neste grupo susceptível a condições estressantes (TRISÓGLIO et al., 2010). No presente estudo, 62,85% (n=22) dos alunos portadores de

constipação referiram piora de sintomatologia durante períodos de prova e situações estressantes pertinentes ao curso. Enquanto apenas 37,15% (n=13) afirmaram não haver piora do quadro de constipação nestes períodos (Tabela 3). Assim, tal achado concorda com a literatura: estresse e ansiedade contribuem para desenvolvimento de constipação intestinal e, portanto, acadêmicos de medicina constituem uma população sob maior risco para tal patologia.

Tabela 3 - Impacto na qualidade de vida e diminuição de produtividade em acadêmicos de Medicina de uma IES portadores de constipação intestinal. Teresina (PI), 2019.

		Nº	%
Interferência do hábito intestinal na atividade diária e qualidade de vida	Não	21	60,00
	Sim	14	40,00
	Total	35	100,00
Piora da constipação durante períodos de estresse	Não	13	37,15
	Sim	22	62,85
	Total	35	100,00
Desmotivação para estudar ou realizar atividades acadêmicas pela constipação	Não	30	85,71
	Sim	5	14,29
	Total	35	100,00

Fonte: Pesquisa direta

A constipação intestinal apresenta alta prevalência e significativo impacto na qualidade de vida, implicando, assim, em importante utilização de recursos médicos (HAYAT.; DUGUM; GARG, 2017). Em relação ao impacto da constipação intestinal sobre realização de atividades diárias e qualidade de vida, 60% (n=21) dos estudantes com constipação intestinal afirmaram não haver interferência e 40% (n=14) referiram haver algum impacto. Tal achado vai de encontro ao proposto na literatura e ocorra, talvez, pelo fato de os estudantes estarem habituados a conviver com esta patologia e suas implicações. Da mesma forma, a minoria (14,28%; n=5) sente-se desmotivada a realizar atividades acadêmicas devido à presença de constipação,

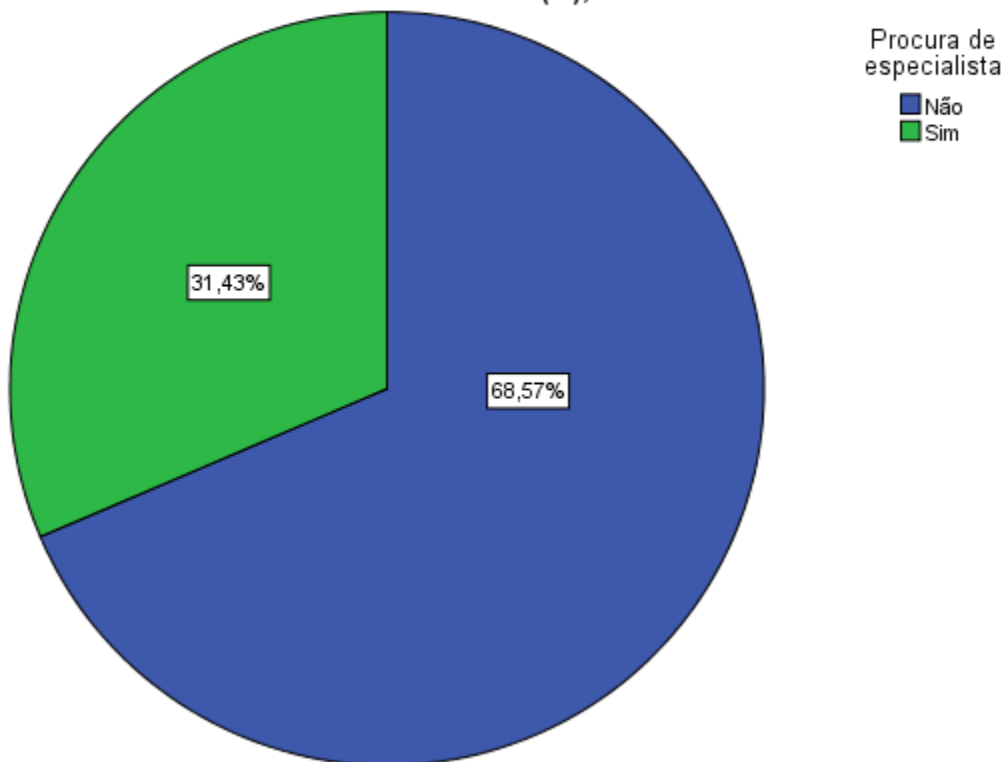
evidenciando o fato de tal patologia ser encarada como inerente à vida médica acadêmica (Tabela 3).

A constipação intestinal é considerada uma das queixas mais frequentes nos consultórios médicos, gerando custos com procedimentos diagnósticos e terapêuticos (Garcia et al 2016). Segundo Trisóglia et al. (2010), o número de consultas médicas por constipação intestinal chega a 2,5 milhões anualmente nos Estados Unidos, correspondendo a gastos anuais superiores a 2700 dólares por paciente. De acordo com Mearin et al. (2016), a constipação intestinal implica em 92.000 hospitalizações anuais, com custo de 7 milhões de dólares.

No presente estudo, apenas 31,43% dos acadêmicos portadores de constipação intestinal procuraram consultas com especialistas (Gráfico 1). Assim, apesar da literatura afirmar que a constipação intestinal é uma frequente queixa nos ambulatórios médicos, tal procura não é constatada entre os estudantes de medicina entrevistados. Isto pode ser explicado pelo fato de os mesmos estarem habituados com a presença desta patologia, bem como pelo pouco tempo dispensado para consultas médicas e cuidados com a própria saúde.

Gráfico 1 Procura de especialista por acadêmicos com constipação.

Teresina (PI), 2019



Fonte: Pesquisa direta

CONCLUSÃO

Neste trabalho, observou-se alta prevalência de constipação intestinal entre os acadêmicos do curso de Medicina de uma Instituição de Ensino Superior localizada na cidade de Teresina-PI. Ficou evidente, assim, que o meio acadêmico possui fatores característicos que predis põem o desenvolvimento de constipação intestinal, entre eles: carga horária extensa e integral, inflexibilidade de horários, susceptibilidade a situações estressantes, além de alimentação pobre em fibras e atividade física insuficiente.

Diante da alta prevalência de constipação intestinal e do seu considerável impacto social e econômico, são necessários esforços para sua melhor compreensão. Assim, deve-se dar atenção especial no sentido de informar sobre a constipação intestinal, bem como seus fatores predisponentes e como modificá-los; diagnóstico e tratamento, buscando melhorar a qualidade de vida dos indivíduos constipados.

Reconhecendo as limitações deste trabalho, realizado em um único local de estudo e com amostra pequena, percebe-se que é importante a realização de pesquisas sobre os fatores que determinam a constipação intestinal entre estudantes de Medicina devido suas importantes repercussões na qualidade de vida e desempenho acadêmico, já que existem poucos estudos na literatura sobre o tema aqui proposto.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ASAKURA K.; MASAYASU S.; SASAKI S. Dietary intake , physical activity, and time management are associated with constipation in preschool children in Japan. **Asia Pacific Journal of Clinical Nutrition**. Tóquio, v. 26, n. 1, p. 118-129, 2015.

BOMFIM, I. Q. M.; NUNES L. S.; ALVES T. C. Prevalência de constipação intestinal em estudantes de fisioterapia de uma universidade de Maceió/AL. **Revista de Ciências Médicas e Biológicas**. Salvador, v. 16, n. 1, p. 79-84, 2017.

COLLETE 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. **Caderno de Saúde Pública**. Rio de Janeiro, v. 26, n. 7, p. 1391-1402, 2010.

GARCIA, L. B. et al. Constipação intestinal: aspectos epidemiológicos e clínicos. **Revista Saúde e Pesquisa**. Maringá, v.9, n.1, p.153-162, 2016.

- HAYAT U.; DUGUM M.; GARG S. Chronic constipation: Update on management. **Cleveland Clinic Journal of Medicine**. Cleveland, v. 84, n. 5, 2017.
- JAIME R. P. et al. Prevalência e fatores de risco da constipação intestinal em universitários de uma instituição particular de Goiânia, GO. **Revista do Instituto de Ciências da Saúde da Universidade Paulista**, Goiânia , v. 27, n. 4, p. 378-383, 2009.
- LACY B. E. et al. Bowel disorders. **Gastroenterology**. Lebanon, v. 150, n.6, p. 1393-1407, 2016.
- LIM Y. J. et al. The Prevalence and Symotoms Characteristic of Functional Constipation Using Rome III Diagnostic Criteria among Tertiary Education Studentes. **Plos One**, 2016, 2016. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4514689/>. Acesso em: 15 mai. 2018.
- LOPES V.; VICTORIA C. R. Ingestão de fibra alimentar e tempo de trânsito colônico em pacientes com constipação intestinal. **Arquivos de Gastroenterologia**. Botucatu, v. 45, n. 1, 2008.
- MARKLAND, A. D. et al. Association of Low Dietary Intake of Fiber and Liquids with Constipation: Evidence from the National Helath and Nutrition Examination Survey (NHANES). **Am J Gastroenterol**, Birmingham, v. 108, n. 5, p. 796-803, 2013.
- SHI W. et al. Epidemiology and Risk Factors of Functional Constipation in Pregnant Women. **Plos One**, 2015. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4514689/>. Acesso em: 15 mai. 2018.
- SOARES, H. C. S. et al. Prevalência e fatores associados à constipação intestinal em universitárias do curso de fisioterapia de uma faculdade localizada na cidade de Salvador-BA. **Revista Multidisciplinar da Faculdade de Ciências Biológicas e da Saúde da Unigran**. Dourado, v.12, n.1, p.50-57, 2018.6
- TRISÓGLIO, C. et al. Prevalência de Constipação Intestinal entre Estudantes de Medicina de uma Instituição no Noroeste Paulista. **Revista Brasileira de Proctologia**. São José do Rio Preto, v. 30, n. 2, p. 203-209, 2010.

VRIES J. et al. Effects of Cereal, Fruit and Vegetable Fibers on Human Fecal Weight at Transit Time: A Comprehensive Review of Interventions Trials. **Nutrients**. Leuven, v. 130, n. 8, 2016.

VRIES J.; MILLER P.; VERBEKE K. Effects of cereal fiber on bowel function: A systematic review of intervention trials. **World Journal of Gastroenterology**. Chicago, v. 21, n. 29, p. 8952-8963, 2015.