



1º CONGRESSO BRASILEIRO e 4º Simpósio Internacional DE NUTROLOGIA PEDIÁTRICA

Centro de Convenções Centrosul | FLORIANÓPOLIS - SC | 13 a 15/11/14

Trabalhos Científicos

Título: Fibra Alimentar E Constipação Intestinal Em Crianças

Autores: JARBAS JOSÉ ÁVILA JÚNIOR; LUIZ ALBERTO CAGLIARI SANTOS; FELIPE CEZAR PEREIRA SANTOS; VALERIA CAROLINE PEREIRA SANTOS

Resumo: Introdução: A constipação intestinal crônica é uma queixa comum no ambulatório de pediatria e tem sido cada vez mais destacado o papel da fibra alimentar na sua prevenção e tratamento. Os hábitos alimentares influenciam na fisiologia do cólon, alterando as características físico-químicas do bolo alimentar. Objetivo: Revisar a literatura sobre a importância do consumo de fibras alimentares no tratamento da constipação intestinal crônica funcional em crianças; revelando aspectos bioquímicos, eficácia, resultados contraditórios e estudos relevantes. Fontes dos Dados: Seleccionadas publicações entre 2010 e 2013, utilizando Medline e SciELO. Foram incluídos estudos referentes à constipação intestinal funcional e sua relação com o consumo de fibras alimentares. Resultados: Os fatores para evitar a constipação intestinal são o aumento de volume fecal e a aceleração do trânsito intestinal, sendo recomendada uma dieta rica em fibras com ingestão hídrica adequada. As fibras alimentares insolúveis aumentam o volume fecal retendo água e as fibras solúveis aumentam o volume fecal pelo acúmulo de massa bacteriana no seu processo de degradação. A correlação entre baixa ingestão de fibras e constipação é significativa, revelando ser importante fator de manutenção da constipação intestinal. O consumo insuficiente de fibras alimentares em crianças associou-se com excesso de peso e surgimento de constipação intestinal. Conclusões: Existe a necessidade de novos estudos para caracterizar o tipo de fibra e sua quantidade benéfica para a faixa etária pediátrica, porém já foi comprovado que a ingestão diária de fibras alimentares é um fator protetor e de prevenção da constipação intestinal.