

## 555 - CONSTRUÇÃO DE UM MATERIAL EDUCATIVO: COMO TRATAR A CONSTIPAÇÃO INTESTINAL

**Tipo:** POSTER

**Autores:** EDSON FERNANDO FUIM (HC - UNICAMP), RENATA RODRIGUES MIRANDA (PREFEITURA MUNICIPAL DE JAGUARIÚNA), WANDIRLEY CORREIA DE FARIA (HOSPITAL VERA CRUZ), EDNA PEREIRA DE MELO (HC - UNICAMP)

**Título:** Construção de um material educativo: Como tratar a Constipação Intestinal

1. Introdução A constipação intestinal é um problema crônico que acomete muitas pessoas no mundo. Em alguns grupos, como os idosos, a constipação constitui um problema sanitário importante, no entanto, na maioria dos casos a constipação crônica é um motivo para consulta que provoca desconforto, mas não ameaça a vida nem debilita o indivíduo. Habitualmente, pode ser manejada em nível de atenção primária com controle custo-efetivo dos sintomas.(1) De acordo com o Critério de Roma IV, a constipação crônica é definida pela presença de: 1. Dois ou mais dos seguintes sintomas para mais de 25% das evacuações: Esforço, fezes ressecadas ou duras, sensação de evacuação incompleta, sensação de bloqueio anorretal, manobra manual de facilitação da evacuação, menos de três evacuações por semana. 2. Fezes moles raramente estão presentes sem uso de laxantes. 3. O paciente não preenche os critérios para o diagnóstico da síndrome do intestino irritável. Esses critérios precisam estar presentes nos últimos 3 meses, com início dos sintomas pelo menos 6 meses antes do diagnóstico.(2) Alguns fatores podem estar relacionados com a maior ocorrência de constipação intestinal em determinadas populações, dentre eles destacam-se a idade, sexo, hábitos dietéticos, inatividade física/ sedentarismo e fatores socioeconômicos. Além disso, alterações fisiológicas relacionadas ao envelhecimento, tais como mobilidade reduzida, condições de saúde e uso de medicamentos predispõe os idosos ao desenvolvimento de constipação intestinal.(3) No que se refere às mulheres, a constipação intestinal parece ser a mais frequente por motivos relacionados às alterações da gravidez e o parto. Além disso, outras alterações hormonais próprias do sexo feminino, assim como fatores comportamentais, histórias de abuso sexual, físico e emocional também podem estar associados com disfunções evacuatórias.(4) A cronicidade dos sintomas, a falta de orientação terapêutica adequada e o uso abusivo de laxantes podem ter como conseqüências o surgimento de outros problemas, dentre eles, doença diverticular do cólon, hemorróidas, fissuras anais e fecaloma com impactação fecal.(4) No Brasil, os estudos encontrados na literatura geralmente se referem a subgrupos, como mulheres na menopausa, adolescentes e lactentes. Em um estudo realizado em Londrina, no estado do Paraná, a prevalência de constipação segundo o autorrelato foi de 25,2%, sendo 37,2% para mulheres e 10,2% para homens, apresentando um aumento nos pacientes com idades mais avançadas.(3) Estudos epidemiológicos revelam que a alta prevalência de constipação crônica está associada à progressão da idade e as causas multifatoriais geralmente contribuem para idosos. Essas causas incluem aumento do uso de medicamentos, ingestão insuficiente de líquidos, baixa ingestão de fibra alimentar, diminuição da mobilidade e outras comorbidades.(1) Em outro estudo, realizado em Pelotas, Rio Grande do Sul, a prevalência de constipação foi de 26,9%, sendo mais frequente em mulheres (37%) , nos indivíduos de pele preta ou parda (33,4%) e de nível socioeconômico D/E (32%). Em ambos os sexos, os dois critérios que mais se destacaram foram sensação de evacuação incompleta e de obstrução anorretal. O número de evacuações semanais inferiores a três foi duas vezes mais frequente entre as mulheres do que entre os homens constipados (42,5% vs. 21,6%).(4) Considerando o eixo temático de Incontinências como uma de suas sub-áreas de expertise, cabe ao enfermeiro estomaterapeuta abordar sobre os amplos e relevantes aspectos relacionados à Constipação, desde sua epidemiologia, fatores de risco, reconhecimento de sinais e sintomas, avaliação, tratamento e assistência de enfermagem. Neste contexto, a elaboração de um material educativo sobre o manejo da constipação intestinal será uma ferramenta muito importante para o atendimento e educação em saúde, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida de muitas pessoas acometidas por esse problema.

2. Objetivo Elaborar um material educativo sobre as estratégias para o manejo da constipação intestinal.

3. Método Trata-se de um estudo descritivo sobre a

elaboração de um material educativo sobre estratégias para o manejo da constipação intestinal, que será realizado nas seguintes etapas: ? Primeira etapa – Revisão da literatura sobre a temática Foi realizada uma revisão na literatura com busca de artigos nas bases de dados eletrônicas Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), utilizando-se os seguintes descritores: Prospecto para educação de pacientes e constipação intestinal / Patient education Handout and constipation / Folheto informativo para pacientes y Constipación de vientre do Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e o Medical Subject Headings (Mesh), como objetivo de identificar na literatura publicações sobre material educativo que abordam o tratamento da constipação intestinal. Como critérios de inclusão foram considerados artigos publicados nos idiomas inglês, português e espanhol, nos últimos 10 anos e que abordassem algum tipo de material educativo para o manejo da constipação intestinal. A busca resultou em 10 artigos. Após a leitura do título foram excluídos seis artigos, um deles repetido e os demais por não atender aos critérios de seleção do trabalho. Após a leitura dos resumos dos demais artigos, não foi encontrado nenhuma publicação sobre a elaboração de material educativo para constipação intestinal. ? Segunda etapa - Elaboração de um material educativo sobre o manejo da constipação intestinal Tendo em vista que não foram encontradas publicações sobre o material educativo, considerando a publicação da autora Shimazaki (Tradução, adaptação transcultural e validação de um protocolo de cuidados para pacientes com constipação intestinal. 2021. Dissertação de Mestrado em Educação nas Profissões da Saúde) sobre a tradução e validação de um protocolo para o manejo da constipação intestinal, foi realizado contato com a autora e solicitada autorização para elaborar o material educativo baseado no seu protocolo. 4. Resultados e discussão A gestão da constipação é um problema importante devido à sua alta prevalência e falta de profissionais especializados. Em geral é adotada uma abordagem conservadora com orientações sobre o estilo de vida e laxantes, seguido de programas de reeducação intestinal, incluindo o biofeedback e suporte psicossocial. Embora esses tratamentos possam melhorar os sintomas em mais da metade dos pacientes, eles ainda não são padronizados. O desenvolvimento do material educativo sobre o tratamento da constipação intestinal irá auxiliar o enfermeiro que faz o primeiro contato com o paciente. Desta maneira, torna-se imprescindível o uso de um material com orientações claras e objetivas, em que o paciente possa consultar sempre que necessário, repercutindo positivamente sobre o controle dos sintomas e sua melhor qualidade de vida. O material será utilizado por enfermeiras estomaterapeutas que têm o primeiro contato com os pacientes com o diagnóstico de constipação intestinal em hospitais universitários do estado de São Paulo. 5. Conclusão Foi realizada a elaboração de um material educativo em formato de folder sanfonado, contendo as principais orientações para o manejo da constipação intestinal, com imagens lúdicas e coloridas. O material foi intitulado: “Como tratar a Constipação Intestinal” e contém informações sobre os principais sintomas da constipação, suas causas e também a classificação das fezes segundo a Escala de Bristol, aborda dicas para melhorar a Constipação Intestinal, adequação da ingestão hídrica, alimentação rica em fibras, atividade física, rotina diária de evacuação, terapias que podem ser associadas e sinais de alerta. Além disso, o folder contém um espaço destinado a prescrição dos exercícios do assoalho pélvico. Este estudo teve como limitação o fato do material não ter sido submetido a avaliação de conteúdo, devido à restrição de tempo. Pretende-se em um segundo momento realizar a validação de conteúdo.