

ALIMENTOS, NUTRIÇÃO E SAÚDE

2

Carla Cristina Bauermann Brasil
(Organizadora)



ALIMENTOS, NUTRIÇÃO E SAÚDE

2

Carla Cristina Bauermann Brasil
(Organizadora)



Editora chefe

Profª Drª Antonella Carvalho de Oliveira

Assistentes editoriais

Natalia Oliveira

Flávia Roberta Barão

Bibliotecária

Janaina Ramos

Projeto gráfico

Natália Sandrini de Azevedo

Camila Alves de Cremo

Luiza Alves Batista

Maria Alice Pinheiro

Imagens da capa

iStock

Edição de arte

Luiza Alves Batista

Revisão

Os autores

2021 by Atena Editora

Copyright © Atena Editora

Copyright do Texto © 2021 Os autores

Copyright da Edição © 2021 Atena Editora

Direitos para esta edição cedidos à Atena Editora pelos autores.

Open access publication by Atena Editora



Todo o conteúdo deste livro está licenciado sob uma Licença de Atribuição *Creative Commons*. Atribuição-Não-Comercial-NãoDerivativos 4.0 Internacional (CC BY-NC-ND 4.0).

O conteúdo dos artigos e seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva dos autores, inclusive não representam necessariamente a posição oficial da Atena Editora. Permitido o *download* da obra e o compartilhamento desde que sejam atribuídos créditos aos autores, mas sem a possibilidade de alterá-la de nenhuma forma ou utilizá-la para fins comerciais.

Todos os manuscritos foram previamente submetidos à avaliação cega pelos pares, membros do Conselho Editorial desta Editora, tendo sido aprovados para a publicação com base em critérios de neutralidade e imparcialidade acadêmica.

A Atena Editora é comprometida em garantir a integridade editorial em todas as etapas do processo de publicação, evitando plágio, dados ou resultados fraudulentos e impedindo que interesses financeiros comprometam os padrões éticos da publicação. Situações suspeitas de má conduta científica serão investigadas sob o mais alto padrão de rigor acadêmico e ético.

Conselho Editorial

Ciências Humanas e Sociais Aplicadas

Prof. Dr. Alexandre Jose Schumacher – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Paraná

Prof. Dr. Américo Junior Nunes da Silva – Universidade do Estado da Bahia

Profª Drª Andréa Cristina Marques de Araújo – Universidade Fernando Pessoa

Prof. Dr. Antonio Carlos Frasson – Universidade Tecnológica Federal do Paraná

Prof. Dr. Antonio Gasparetto Júnior – Instituto Federal do Sudeste de Minas Gerais

Prof. Dr. Antonio Isidro-Filho – Universidade de Brasília

Prof. Dr. Arnaldo Oliveira Souza Júnior – Universidade Federal do Piauí
Prof. Dr. Carlos Antonio de Souza Moraes – Universidade Federal Fluminense
Prof. Dr. Crisóstomo Lima do Nascimento – Universidade Federal Fluminense
Profª Drª Cristina Gaio – Universidade de Lisboa
Prof. Dr. Daniel Richard Sant’Ana – Universidade de Brasília
Prof. Dr. Deyvison de Lima Oliveira – Universidade Federal de Rondônia
Profª Drª Dilma Antunes Silva – Universidade Federal de São Paulo
Prof. Dr. Edvaldo Antunes de Farias – Universidade Estácio de Sá
Prof. Dr. Elson Ferreira Costa – Universidade do Estado do Pará
Prof. Dr. Eloi Martins Senhora – Universidade Federal de Roraima
Prof. Dr. Gustavo Henrique Cepolini Ferreira – Universidade Estadual de Montes Claros
Prof. Dr. Humberto Costa – Universidade Federal do Paraná
Profª Drª Ivone Goulart Lopes – Istituto Internazionele delle Figlie de Maria Ausiliatrice
Prof. Dr. Jadson Correia de Oliveira – Universidade Católica do Salvador
Prof. Dr. José Luis Montesillo-Cedillo – Universidad Autónoma del Estado de México
Prof. Dr. Julio Candido de Meirelles Junior – Universidade Federal Fluminense
Profª Drª Lina Maria Gonçalves – Universidade Federal do Tocantins
Prof. Dr. Luis Ricardo Fernandes da Costa – Universidade Estadual de Montes Claros
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. Marcelo Pereira da Silva – Pontifícia Universidade Católica de Campinas
Profª Drª Maria Luzia da Silva Santana – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul
Prof. Dr. Miguel Rodrigues Netto – Universidade do Estado de Mato Grosso
Prof. Dr. Pablo Ricardo de Lima Falcão – Universidade de Pernambuco
Profª Drª Paola Andressa Scortegagna – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Rita de Cássia da Silva Oliveira – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Prof. Dr. Rui Maia Diamantino – Universidade Salvador
Prof. Dr. Saulo Cerqueira de Aguiar Soares – Universidade Federal do Piauí
Prof. Dr. Urandi João Rodrigues Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará
Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande
Profª Drª Vanessa Ribeiro Simon Cavalcanti – Universidade Católica do Rio de Janeiro
Prof. Dr. William Cleber Domingues Silva – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Prof. Dr. Willian Douglas Guilherme – Universidade Federal do Tocantins

Ciências Agrárias e Multidisciplinar

Prof. Dr. Alexandre Igor Azevedo Pereira – Instituto Federal Goiano
Prof. Dr. Arinaldo Pereira da Silva – Universidade Federal do Sul e Sudeste do Pará
Prof. Dr. Antonio Pasqualetto – Pontifícia Universidade Católica de Goiás
Profª Drª Carla Cristina Bauermann Brasil – Universidade Federal de Santa Maria
Prof. Dr. Cleberton Correia Santos – Universidade Federal da Grande Dourados
Profª Drª Diocléa Almeida Seabra Silva – Universidade Federal Rural da Amazônia
Prof. Dr. Écio Souza Diniz – Universidade Federal de Viçosa
Prof. Dr. Fábio Steiner – Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul
Prof. Dr. Fágner Cavalcante Patrocínio dos Santos – Universidade Federal do Ceará
Profª Drª Girlene Santos de Souza – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Prof. Dr. Jael Soares Batista – Universidade Federal Rural do Semi-Árido
Prof. Dr. Jayme Augusto Peres – Universidade Estadual do Centro-Oeste
Prof. Dr. Júlio César Ribeiro – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Profª Drª Lina Raquel Santos Araújo – Universidade Estadual do Ceará
Prof. Dr. Pedro Manuel Villa – Universidade Federal de Viçosa
Profª Drª Raissa Rachel Salustriano da Silva Matos – Universidade Federal do Maranhão
Prof. Dr. Ronilson Freitas de Souza – Universidade do Estado do Pará
Profª Drª Talita de Santos Matos – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro

Prof. Dr. Tiago da Silva Teófilo – Universidade Federal Rural do Semi-Árido
Prof. Dr. Valdemar Antonio Paffaro Junior – Universidade Federal de Alfenas

Ciências Biológicas e da Saúde

Prof. Dr. André Ribeiro da Silva – Universidade de Brasília
Profª Drª Anelise Levay Murari – Universidade Federal de Pelotas
Prof. Dr. Benedito Rodrigues da Silva Neto – Universidade Federal de Goiás
Profª Drª Daniela Reis Joaquim de Freitas – Universidade Federal do Piauí
Profª Drª Débora Luana Ribeiro Pessoa – Universidade Federal do Maranhão
Prof. Dr. Douglas Siqueira de Almeida Chaves – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Prof. Dr. Edson da Silva – Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri
Profª Drª Elizabeth Cordeiro Fernandes – Faculdade Integrada Medicina
Profª Drª Eleuza Rodrigues Machado – Faculdade Anhanguera de Brasília
Profª Drª Elane Schwinden Prudêncio – Universidade Federal de Santa Catarina
Profª Drª Eysler Gonçalves Maia Brasil – Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira
Prof. Dr. Ferlando Lima Santos – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Profª Drª Fernanda Miguel de Andrade – Universidade Federal de Pernambuco
Prof. Dr. Fernando Mendes – Instituto Politécnico de Coimbra – Escola Superior de Saúde de Coimbra
Profª Drª Gabriela Vieira do Amaral – Universidade de Vassouras
Prof. Dr. Gianfábio Pimentel Franco – Universidade Federal de Santa Maria
Prof. Dr. Helio Franklin Rodrigues de Almeida – Universidade Federal de Rondônia
Profª Drª Iara Lúcia Tescarollo – Universidade São Francisco
Prof. Dr. Igor Luiz Vieira de Lima Santos – Universidade Federal de Campina Grande
Prof. Dr. Jefferson Thiago Souza – Universidade Estadual do Ceará
Prof. Dr. Jesus Rodrigues Lemos – Universidade Federal do Piauí
Prof. Dr. Jônatas de França Barros – Universidade Federal do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. José Max Barbosa de Oliveira Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará
Prof. Dr. Luís Paulo Souza e Souza – Universidade Federal do Amazonas
Profª Drª Magnólia de Araújo Campos – Universidade Federal de Campina Grande
Prof. Dr. Marcus Fernando da Silva Praxedes – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Profª Drª Maria Tatiane Gonçalves Sá – Universidade do Estado do Pará
Profª Drª Mylena Andréa Oliveira Torres – Universidade Ceuma
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federaci do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. Paulo Inada – Universidade Estadual de Maringá
Prof. Dr. Rafael Henrique Silva – Hospital Universitário da Universidade Federal da Grande Dourados
Profª Drª Regiane Luz Carvalho – Centro Universitário das Faculdades Associadas de Ensino
Profª Drª Renata Mendes de Freitas – Universidade Federal de Juiz de Fora
Profª Drª Vanessa da Fontoura Custódio Monteiro – Universidade do Vale do Sapucaí
Profª Drª Vanessa Lima Gonçalves – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande
Profª Drª Welma Emidio da Silva – Universidade Federal Rural de Pernambuco

Ciências Exatas e da Terra e Engenharias

Prof. Dr. Adélio Alcino Sampaio Castro Machado – Universidade do Porto
Profª Drª Ana Grasielle Dionísio Corrêa – Universidade Presbiteriana Mackenzie
Prof. Dr. Carlos Eduardo Sanches de Andrade – Universidade Federal de Goiás
Profª Drª Carmen Lúcia Voigt – Universidade Norte do Paraná
Prof. Dr. Cleiseano Emanuel da Silva Paniagua – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Goiás
Prof. Dr. Douglas Gonçalves da Silva – Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia
Prof. Dr. Eloi Rufato Junior – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Profª Drª Érica de Melo Azevedo – Instituto Federal do Rio de Janeiro

Prof. Dr. Fabrício Menezes Ramos – Instituto Federal do Pará
Profª Dra. Jéssica Verger Nardeli – Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho
Prof. Dr. Juliano Carlo Rufino de Freitas – Universidade Federal de Campina Grande
Profª Drª Luciana do Nascimento Mendes – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. Marcelo Marques – Universidade Estadual de Maringá
Prof. Dr. Marco Aurélio Kistemann Junior – Universidade Federal de Juiz de Fora
Profª Drª Neiva Maria de Almeida – Universidade Federal da Paraíba
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte
Profª Drª Priscila Tessmer Scaglioni – Universidade Federal de Pelotas
Prof. Dr. Sidney Gonçalo de Lima – Universidade Federal do Piauí
Prof. Dr. Takeshy Tachizawa – Faculdade de Campo Limpo Paulista

Linguística, Letras e Artes

Profª Drª Adriana Demite Stephani – Universidade Federal do Tocantins
Profª Drª Angeli Rose do Nascimento – Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro
Profª Drª Carolina Fernandes da Silva Mandaji – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Profª Drª Denise Rocha – Universidade Federal do Ceará
Profª Drª Edna Alencar da Silva Rivera – Instituto Federal de São Paulo
Profª Drª Fernanda Tonelli – Instituto Federal de São Paulo,
Prof. Dr. Fabiano Tadeu Grazioli – Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões
Prof. Dr. Gilmei Fleck – Universidade Estadual do Oeste do Paraná
Profª Drª Keyla Christina Almeida Portela – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Paraná
Profª Drª Miranilde Oliveira Neves – Instituto de Educação, Ciência e Tecnologia do Pará
Profª Drª Sandra Regina Gardacho Pietrobon – Universidade Estadual do Centro-Oeste
Profª Drª Sheila Marta Carregosa Rocha – Universidade do Estado da Bahia

Diagramação: Maria Alice Pinheiro
Correção: Giovanna Sandrini de Azevedo
Indexação: Gabriel Motomu Teshima
Revisão: Os autores
Organizadora: Carla Cristina Bauermann Brasil

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

A411 Alimentos, nutrição e saúde 2 / Organizadora Carla Cristina Bauermann Brasil. – Ponta Grossa - PR: Atena, 2021.

Formato: PDF

Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader

Modo de acesso: World Wide Web

Inclui bibliografia

ISBN 978-65-5983-406-8

DOI: <https://doi.org/10.22533/at.ed.068212308>

1. Nutrição. 2. Saúde. I. Brasil, Carla Cristina Bauermann (Organizadora). II. Título.

CDD 613

Elaborado por Bibliotecária Janaina Ramos – CRB-8/9166

Atena Editora

Ponta Grossa – Paraná – Brasil

Telefone: +55 (42) 3323-5493

www.atenaeditora.com.br

contato@atenaeditora.com.br

DECLARAÇÃO DOS AUTORES

Os autores desta obra: 1. Atestam não possuir qualquer interesse comercial que constitua um conflito de interesses em relação ao artigo científico publicado; 2. Declaram que participaram ativamente da construção dos respectivos manuscritos, preferencialmente na: a) Concepção do estudo, e/ou aquisição de dados, e/ou análise e interpretação de dados; b) Elaboração do artigo ou revisão com vistas a tornar o material intelectualmente relevante; c) Aprovação final do manuscrito para submissão.; 3. Certificam que os artigos científicos publicados estão completamente isentos de dados e/ou resultados fraudulentos; 4. Confirmam a citação e a referência correta de todos os dados e de interpretações de dados de outras pesquisas; 5. Reconhecem terem informado todas as fontes de financiamento recebidas para a consecução da pesquisa; 6. Autorizam a edição da obra, que incluem os registros de ficha catalográfica, ISBN, DOI e demais indexadores, projeto visual e criação de capa, diagramação de miolo, assim como lançamento e divulgação da mesma conforme critérios da Atena Editora.

DECLARAÇÃO DA EDITORA

A Atena Editora declara, para os devidos fins de direito, que: 1. A presente publicação constitui apenas transferência temporária dos direitos autorais, direito sobre a publicação, inclusive não constitui responsabilidade solidária na criação dos manuscritos publicados, nos termos previstos na Lei sobre direitos autorais (Lei 9610/98), no art. 184 do Código penal e no art. 927 do Código Civil; 2. Autoriza e incentiva os autores a assinarem contratos com repositórios institucionais, com fins exclusivos de divulgação da obra, desde que com o devido reconhecimento de autoria e edição e sem qualquer finalidade comercial; 3. Todos os e-book são *open access*, desta forma não os comercializa em seu site, sites parceiros, plataformas de *e-commerce*, ou qualquer outro meio virtual ou físico, portanto, está isenta de repasses de direitos autorais aos autores; 4. Todos os membros do conselho editorial são doutores e vinculados a instituições de ensino superior públicas, conforme recomendação da CAPES para obtenção do Qualis livro; 5. Não cede, comercializa ou autoriza a utilização dos nomes e e-mails dos autores, bem como nenhum outro dado dos mesmos, para qualquer finalidade que não o escopo da divulgação desta obra.

APRESENTAÇÃO

A presente obra “Alimentos, Nutrição e Saúde” publicada no formato *e-book*, traduz o olhar multidisciplinar e intersetorial da Alimentação e Nutrição. Os volumes abordarão de forma categorizada e interdisciplinar trabalhos, pesquisas, relatos de casos e revisões que transitam nos diversos caminhos da Nutrição e Saúde. O principal objetivo desse *e-book* foi apresentar de forma categorizada e clara estudos desenvolvidos em diversas instituições de ensino e pesquisa do país em quatro volumes. Em todos esses trabalhos a linha condutora foi o aspecto relacionado à avaliação antropométrica da população brasileira; padrões alimentares; avaliações físico-químicas e sensoriais de alimentos e preparações, determinação e caracterização de alimentos e de compostos bioativos; desenvolvimento de novos produtos alimentícios e áreas correlatas.

Temas diversos e interessantes são, deste modo, discutidos nestes volumes com a proposta de fundamentar o conhecimento de acadêmicos, mestres e todos aqueles que de alguma forma se interessam pela área da Alimentação, Nutrição, Saúde e seus aspectos. A Nutrição é uma ciência relativamente nova, mas a dimensão de sua importância se traduz na amplitude de áreas com as quais dialoga. Portanto, possuir um material científico que demonstre com dados substanciais de regiões específicas do país é muito relevante, assim como abordar temas atuais e de interesse direto da sociedade. Deste modo a obra “Alimentos, Nutrição e Saúde” se constitui em uma interessante ferramenta para que o leitor, seja ele um profissional, acadêmico ou apenas um interessado pelo campo das ciências da nutrição, tenha acesso a um panorama do que tem sido construído na área em nosso país.

Uma ótima leitura a todos(as)!

Carla Cristina Bauermann Brasil

SUMÁRIO

CAPÍTULO 1..... 1

CONSUMO ALIMENTAR E DEPRESSÃO: EVIDÊNCIAS ATUAIS

Lara Onofre Ferriani

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.0682123081>

CAPÍTULO 2..... 13

PERFIL DE CONSUMO ALIMENTAR DE ESCOLARES DA ZONA RURAL DO MUNICÍPIO DE RIO DAS OSTRAS, RIO DE JANEIRO

Larissa Spargolli Sardinha

Thainá Andrade Rocha Oliveira do Rozário

Ana Carolina Carvalho Rodrigues

Giovana Fonseca Machado

Eduarda Guimarães dos Santos de Santana

Cynthia Gonçalves Silva

Francisco Martins Teixeira

Marialda Moreira Chistoffel

Luiz Felipe da Cruz Rangel

Alessandra Alegre de Matos

Beatriz Gonçalves Ribeiro

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.0682123082>

CAPÍTULO 3..... 26

AVALIAÇÃO DA FREQUÊNCIA DO CONSUMO ALIMENTAR DE ATLETAS UNIVERSITÁRIAS DE UM TIME DE FUTEBOL FEMININO EM SÃO LUÍS - MA

Thirza Rafaella Ribeiro França Melo

Luís Felipe Castro Araújo

Fabiana Viana Maciel Rodrigues

Matheus Caíck Santos Brandão

Kassiandra Lima Pinto

Ana Carolina Pimenta Santos

Jamylle Santos Rocha

Rebeca Izanna Lima da Silva

Raphael Furtado Marques

Marcos Roberto Campos de Macêdo

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.0682123083>

CAPÍTULO 4..... 34

FATORES ASSOCIADOS AO CONSUMO ALIMENTAR DE IDOSOS RESIDENTES NA REGIÃO SUL DO BRASIL

Anny Caroline dos Santos Araujo

Bruna Senna Rodrigues

Valdeni Terezinha Zani

Rozana Ferreira Ortiz

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.0682123084>

CAPÍTULO 5..... 39

AVALIAÇÃO DO CONSUMO DE FIBRAS ALIMENTARES EM IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS RESIDENTES E SUA PREVALÊNCIA COM OBSTIPAÇÃO INTESTINAL

Victória Luiza Lima da Silva
Luana Bastos dos Santos Oliveira
Ramon Silva de Oliveira
Sara Vitória da Silva Souza
Victor Novais Costa
Gabrielly Sobral Neiva
Juçara Alvarindo Brito Soledade

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.0682123085>

CAPÍTULO 6..... 51

PROJETO “MASTER CHEFINHO”: CRIANÇAS APRENDEM SOBRE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

Renata Silva Cavalcante
Daniela Neves Pereira Romaro

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.0682123086>

CAPÍTULO 7..... 55

CONSTRUÇÃO DE UMA CARTILHA PARA PAIS E RESPONSÁVEIS SOBRE EDUCAÇÃO NUTRICIONAL E O COMPORTAMENTO ALIMENTAR DE CRIANÇAS AUTISTAS

Deylla Rodrigues de Oliveira
Débora Maria Nascimento Silva
Gabrielle Damasceno Costa dos Santos
Camila Caetano da Silva
Edinalva Rodrigues Alves
Saara Emanuele da Silva Flor
Mayara Regina Ferreira Costa
Eryka Vaz Zagmignan
Erika Alves da Fonseca Amorim
Rita de Cássia Mendonça de Miranda
Luís Cláudio Nascimento da Silva
Adrielle Zagmignan

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.0682123087>

CAPÍTULO 8..... 63

RECUSA ALIMENTAR EM CRIANÇAS COM TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA

Anna Luiza Cardoso Oliva
Ana Hellen Lima da Silva
Rafaela Vilaça de Quadros
Yasmim Fernandes Ferreira
Anamaria de Souza Cardoso

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.0682123088>

CAPÍTULO 9..... 74

NUTRIÇÃO E VISIBILIDADE NO MUNDO DIGITAL

Luisa Fajardo Costa

Lorena Simili de Oliveira

Vanessa de Andrade Stumpf

Renato Moreira Nunes

Patrícia Cândido da Silva

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.0682123089>

CAPÍTULO 10..... 86

INTERCORRÊNCIAS RELACIONADAS À NUTRIÇÃO ENTERAL EM NEONATOS PREMATUROS

Rene Ferreira da Silva Junior

Helenice Alves Fonseca

Josiane Dionísio dos Santos

Tadeu Nunes Ferreira

Manuela Gomes Campos Borel

Thamires Dias de Carvalho

Brunna Thais Costa

Ana Luiza Montalvão Seixas

Joice Fernanda Costa Quadros

Ana Paula de Oliveira Nascimento Alves

Suelen Ferreira Rocha

Cristiano Leonardo de Oliveira Dias

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.06821230810>

CAPÍTULO 11 98

REPERCUSSÃO DO ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO NO CRESCIMENTO DE CRIANÇAS COM ALERGIA A PROTEÍNA DO LEITE DE VACA

Thalita Evangelista Bandeira

Marília Porto Oliveira Nunes

Maria Izabel Florindo Guedes

Carlos Tadeu Bandeira de Lavor

Ilana Carneiro Lisboa Magalhães

Kalil Andrade Mubarak Romcy

Carla Laíne Silva Lima

Sandra Machado Lira

Natália do Vale Canabrava

José Ytalo Gomes da Silva

Marcelo Oliveira Holanda

Rafaela Valesca Rocha Bezerra Sousa

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.06821230811>

CAPÍTULO 12..... 108

SUBSTITUTOS DO LEITE MATERNO E OS SEUS IMPACTOS NO ESTADO NUTRICIONAL INFANTIL: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Cassiana da Silva Coutinho

Neliane Pereira do Nascimento

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.06821230812>

CAPÍTULO 13..... 122

FREQUÊNCIA DA IDADE MATERNA E TEMPO DE ALEITAMENTO MATERNO POR RESIDENTES DE AGLOMERADOS SUBNORMAIS EM MACEIÓ (AL)

Jessiane Rejane Lima Santos

Fernanda do Nascimento Lins

Geovânio Cadete da Silva

Mariana Silva de Freitas

Thyanne Mirella da Silva

Gabriela Rossiter Stux Veiga

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.06821230813>

CAPÍTULO 14..... 131

TRANSTORNOS ALIMENTARES MATERNOS E DIETA INFANTIL: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

Caroline de Maman Oldra

Angela Khetly Lazarotto

Adriano de Maman Oldra

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.06821230814>

CAPÍTULO 15..... 144

OS IMPACTOS DE TRABALHAR ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL COM OS ADOLESCENTES NAS ESCOLAS: UMA ANÁLISE DAS PESQUISAS BRASILEIRAS DE 2009 A 2019

Maria Cristina Rocha Silva

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.06821230815>

CAPÍTULO 16..... 156

AS INFLUÊNCIAS IMPOSTAS PELAS MÍDIAS SOBRE A IMAGEM CORPORAL: REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Lucas Gimaque da Silva

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.06821230816>

CAPÍTULO 17..... 168

ESTUDO DA DISTORÇÃO DE IMAGEM E O FEEDBACK SOCIAL VIVENCIADO PELO INDIVÍDUO COM A OPÇÃO PELA CIRURGIA BARIÁTRICA

Márcia Daniele Soares da Silva Barbosa

Gisele dos Santos Pacheco

Ainá Innocencio da Silva Gomes

Ana Paula Menna Barreto

Celia Cristina Diogo Ferreira

Roberta Soares Casaes

Lismeia Raimundo Soares

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.06821230817>

CAPÍTULO 18..... 178

CULINÁRIA AFETIVA COMO FERRAMENTA TERAPÊUTICA PARA O CUIDADO EM SAÚDE MENTAL

Helicínia Giordana Espíndola Peixoto
Luhana Karolyna Roque da Silva
Larissa Oliveira da Silva
Renata Cristina da Silva
Yasmim Rodrigues Cabral

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.06821230818>

CAPÍTULO 19..... 189

EFEITOS DA DESNUTRIÇÃO NO DESENVOLVIMENTO NEUROPSICOMOTOR DA PRIMEIRA INFÂNCIA

Isabella Knorr Velho
Gabriela Teixeira Gelb
Mariana Martins Dantas Santos
Talia Guimarães dos Santos
Bartira Ercília Pinheiro da Costa
Miriam Viviane Baron

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.06821230819>

CAPÍTULO 20..... 201

RELATO DE EXPERIÊNCIA: CONSCIENTIZAÇÃO INFANTIL ACERCA DA PRESENÇA DE SÓDIO CONTIDO NOS ALIMENTOS

Ana Clara Riguetto Lisboa de Domênicis
Ana Laura da Silva Paladino
Claudiele Maria Mariano Costa
Conrado Busseli Filho
Debora Aparecida Zanette
Fabio Bonadio Gonçalves
Karla Beatriz Croco
Lorena Correia da Cruz
Maria José Caetano Ferreira Damaceno
Mariana Scarmeloto Pardo
Paula Fernandes Chadi
Taynara Novaes Faria

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.06821230820>

CAPÍTULO 21..... 211

HÁBITOS ALIMENTARES E FATORES RELACIONADOS À SAÚDE DE UMA AMOSTRA DE ADOLESCENTES DE CAMPO GRANDE (MATO GROSSO DO SUL)

Thais Alievi Ponciano da Silva
Raíssa de Oliveira Rodrigues
Giovana Eliza Pegolo

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.06821230821>

CAPÍTULO 22.....	225
EXPERIÊNCIAS DE AÇÕES DE EDUCAÇÃO NUTRICIONAL EM UMA ESCOLA ESTADUAL NO INTERIOR DE RONDÔNIA	
Julia Souza Amaral	
Heloísa Helena Pessoa Portela de Sá	
Carolina Maria Novais Caires Tacconi	
Heliane Formagio Silva	
 https://doi.org/10.22533/at.ed.06821230822	
CAPÍTULO 23.....	232
CRIAÇÃO DE UM ÁLBUM DE REGISTRO FOTOGRÁFICO PARA INQUÉRITOS DIETÉTICOS	
Lucineide Rodrigues Gomes	
Hanna Nicole Teixeira Lopes de Lima	
Yana Luise Falcão Lins	
Alysson dos Santos Bomfim	
Andréa Marques Sotero	
 https://doi.org/10.22533/at.ed.06821230823	
CAPÍTULO 24.....	240
UM OLHAR SOBRE A EXPERIÊNCIA INTERCAMBISTA EM CUBA: EXISTE SAÚDE INTEGRAL QUANDO O DIREITO À ALIMENTAÇÃO SOBERANA É NEGADO?	
Rejane Viana dos Santos	
Márcio Costa de Souza	
 https://doi.org/10.22533/at.ed.06821230824	
SOBRE A ORGANIZADORA.....	245
ÍNDICE REMISSIVO.....	246

AVALIAÇÃO DO CONSUMO DE FIBRAS ALIMENTARES EM IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS RESIDENTES E SUA PREVALÊNCIA COM OBSTIPAÇÃO INTESTINAL

Data de aceite: 01/08/2021

Data de submissão: 31/05/2021

Victória Luiza Lima da Silva

Universidade Salvador (UNIFACS)
Feira de Santana - BA
<http://lattes.cnpq.br/5863715935449836>

Luana Bastos dos Santos Oliveira

Universidade Salvador (UNIFACS)
Feira de Santana – BA
<http://lattes.cnpq.br/9934224536656239>

Ramon Silva de Oliveira

Universidade Salvador (UNIFACS)
Feira de Santana – BA
<http://lattes.cnpq.br/7490148331952082>

Sara Vitória da Silva Souza

Universidade Salvador (UNIFACS)
Feira de Santana – BA
<http://lattes.cnpq.br/1261633828797317>

Victor Novais Costa

Universidade Salvador (UNIFACS)
Feira de Santana – BA
<http://lattes.cnpq.br/0568357658061822>

Gabrielly Sobral Neiva

Faculdade Adventista da Bahia (FADBA)
Feira de Santana – BA
<http://lattes.cnpq.br/1281618287642259>

Juçara Alvarindo Brito Soledade

Universidade Salvador (UNIFACS)
Feira de Santana - BA
<http://lattes.cnpq.br/3116367131521332>

RESUMO: O processo de envelhecimento traz consigo diversas mudanças funcionais no organismo dos idosos podendo levar a constipação intestinal, com origem multifatorial. Este estudo objetivou analisar a prevalência de obstipação em idosos institucionalizados residentes, diante de anamneses, e qual a sua relação com o consumo de fibras, através a análise do cardápio oferecido na instituição. Trata-se de um estudo de caráter descritivo de corte transversal, o qual integrou um projeto mais amplo intitulado “Caracterização e análise das condições de saúde de idosos residentes em instituição de longa permanência na cidade de Feira de Santana Bahia”, aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa CEP, nº 3.190.475. Realizado com idosos de ambos os sexos, com idade igual ou superior a 60 anos, residentes na Instituição Asilar – Associação Feirense de Assistência Social de Feira de Santana (AFAS), situada na zona urbana da cidade de Feira de Santana – BA. Observou-se que os alimentos distribuídos no cardápio da Instituição de longa permanência, são ofertados e fracionados sem distinção, independente de sexo, idade, patologia e necessidades nutricionais dos idosos. A prevalência de constipação intestinal encontrada no presente estudo foi de 9% com maior prevalência presente naqueles com idade superior a 80 anos, tendo predominância em idosos do sexo feminino. Quanto ao consumo de fibras, a média encontrada foi de 26,6g tanto para os indivíduos constipados quanto para os não constipados, apresentou-se dentro dos valores recomendados. Espera-se que o conteúdo apresentado possa trazer subsídios para o

desenvolvimento de estudos futuros, proporcionando benefícios à saúde da população idosa residente em Instituição de longa permanência.

PALAVRAS - CHAVE: Obstipação; Idosos; Fibras.

EVALUATION OF THE CONSUMPTION OF ALIMENTARY FIBERS IN INSTITUTIONALIZED ELDERLY RESIDENTS AND ITS PREVALENCE WITH INTESTINAL CONSTIPATION

ABSTRACT: The aging process brings several functional changes in the body of the elderly and can lead to intestinal constipation, with multifactorial origin. This study aimed to analyze the prevalence of constipation in institutionalized elderly residents, facing anamnesis, and what is its relationship with fiber consumption, by analyzing the menu offered at the institution. This is a descriptive cross-sectional study, which was part of a larger project entitled "Characterization and analysis of the health conditions of elderly residents in a long-term institution in the city of Feira de Santana Bahia", approved by the Research Ethics CEP, nº 3.190.475. Held with elderly people of both sexes, aged 60 years and over, residing in the Asilar Institution - Feirense Social Welfare Association of Feira de Santana (AFAS), located in the urban area of Feira de Santana - BA. It was observed that the foods distributed in the menu of the long-stay institution are offered and fractioned without distinction, regardless of gender, age, pathology and nutritional needs of the elderly. The prevalence of intestinal constipation found in the present study was 9% with the highest prevalence present in those over 80 years old, with predominance in female elderly. Regarding fiber consumption, the average found was 26.6g for both constipated and non-constipated individuals, which was within the recommended values. It is expected that the content presented may bring subsidies for the development of future studies, providing benefits to the health of the elderly population residing in long-term care institutions.

KEYWORDS: Constipation; Elderly; Fibers.

INTRODUÇÃO

Dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística - IBGE apontam um índice de envelhecimento demonstrando que, para cada grupo de 100 crianças de 0 a 14 anos, existem cerca de 20 idosos com ou mais de 65 anos. Esse crescimento do contingente populacional da terceira idade tem despertado o interesse de estudiosos e pesquisadores, principalmente na busca de proporcionar a esses indivíduos, maior longevidade, com qualidade de vida (IBGE, 2008; GAVANSKI; BARATTO; GATTI; 2015).

De acordo com Ramos (2003), a saúde dos idosos não é medida apenas pela presença ou não de doenças, e sim pelo grau de preservação da capacidade funcional, por ser um importante componente da qualidade de vida e um marcador de saúde do idoso. Junto ao processo de envelhecimento ocorrem mudanças e modificações que envolvem: alterações orgânicas, morfológicas e funcionais que favorecem para o comprometimento das capacidades neurológicas, cognitivas, perceptivas e sensoriais, passando por fim,

por adaptações e perdas sociais e psicológicas. No contexto das alterações orgânicas constata-se a constipação, considerada um sinal comum e frequente no idoso, podendo ser originada de vários distúrbios intestinais ou extraintestinais (PALMA, 2011; KLAUS et al., 2015).

O consenso de Roma III define a constipação intestinal tomando como base os seguintes critérios: dificuldade ou retardo para defecação, eliminação de fezes ressecadas, consistência aumentada, necessidade de muito esforço e frequência de evacuação inferior a três vezes por semana. Dentre as possíveis causas da constipação, destacam-se as doenças anorretais, uso de medicamentos, sedentarismo e alimentação inadequada. Evidências comprovam que a constipação funcional, pode não estar associada apenas ao atraso na saída do bolo fecal, e sim, ao avanço na idade (TALLEY; FLEMING; EVANS, 1996; HEITOR et al, 2013).

Segundo Bittencourt (2011), a constipação funcional é comum em idosos, porém, não está associada apenas ao envelhecimento normal, geralmente tem origem multifatorial, e a ingestão inadequada de fibras. No estudo de Malanchen et al. (2019), os autores confirmam que, a fibra alimentar compreende uma ampla variedade de substâncias com diferentes propriedades químicas, físicas e fisiológicas. Tais substâncias são provenientes principalmente da parede celular de plantas, consideradas como alimentos funcionais, que podem contribuir para melhorar as atividades vitais e o bom desempenho do trato gastrointestinal (PACHECO; LACERDA, 2002).

Estudos evidenciam uma grande prevalência de constipação em idosos institucionalizados. Situação preocupante, devido à crescente demanda por Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPIs), resultantes das intensas mudanças no contexto histórico e social da humanidade, que refletem significativamente nos vínculos familiares, e conseqüentemente no cuidado e atenção dispensada aos idosos (POLLO; ASSIS, 2008; KLAUS et al., 2015).

Levando em consideração a grande prevalência de idosos institucionalizados residentes, portadores de constipação, tornam-se relevante o desenvolvimento de estudos, para promoção de práticas alimentares saudáveis, bem como, medidas que possam contribuir para a promoção da saúde desse público. Diante do exposto, este estudo teve como objetivo, descrever a prevalência da obstipação e sua relação com o consumo de fibras, na dieta de idosos institucionalizados residentes.

METODOLOGIA

Este estudo integrou um projeto mais amplo intitulado “Caracterização e análise das condições de saúde de idosos residentes em instituição de longa permanência na cidade de Feira de Santana Bahia”, o qual foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos, mediante Parecer Consubstanciado do CEP, nº 3.190.475. Trata-se de

um estudo de caráter descritivo de corte transversal, conduzido com idosos residentes numa Instituição de Longa Permanência (ILP), em Feira de Santana-BA.

Para a coleta dos dados foi aplicado o protocolo de pesquisa em constipação intestinal para distúrbios gastrointestinais funcionais, contendo dados referentes à: idade, sexo, ingestão diária de fibras e presença de constipação. A amostra foi composta por 44 idosos institucionalizados residentes, com idade igual ou superior a 60 anos de ambos os sexos, que aceitaram participar da pesquisa, após assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). O estudo foi desenvolvido no período de agosto a dezembro de 2019.

Participaram do estudo, indivíduos de ambos os sexos, com idade igual ou superior a 60 anos, residentes na Instituição Asilar – Associação Feirense de Assistência Social de Feira de Santana (AFAS), que aceitaram participar da pesquisa, assinando o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Os idosos que estiveram impossibilitados de responder aos questionamentos, as informações foram obtidas a partir do levantamento de dados no cadastro do AFAS. Foram excluídos do estudo, todos os idosos que apresentaram alguma patologia no trato gastrointestinal, como diarreia crônica, ou que estavam impossibilitados de responder aos questionamentos, bem como, os indivíduos em condição de nutrição enteral, parenteral e com dieta específica para algum procedimento médico.

Utilizou-se o protocolo de pesquisa em constipação intestinal sobre uso de medicamentos e padrão de evacuação, identificando posteriormente, aspectos relacionados à prevalência de constipação. A coleta dos dados sobre o consumo de fibras foi realizada a partir da avaliação do cardápio semanal ofertado aos idosos institucionalizados, composto das seguintes refeições: café da manhã, lanche da manhã, almoço, lanche da tarde e jantar, sendo escolhido aleatoriamente um dia da semana para análise.

O teor de fibra ofertado foi analisado a partir da pesagem das refeições utilizando balança digital, para a conversão das mesmas tendo como referência, medidas caseiras e gramatura. As porções foram calculadas e compradas com a Tabela Brasileira de Composição de Alimentos - TACO, 4ª Edição e as Dietary Reference Intakes (DRIs), para a averiguação do teor de fibras presentes nos alimentos ofertados.

Os dados oriundos das análises foram tabulados em programa Microsoft Office Excel 2009 e apresentados em forma de gráficos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados da análise para a composição da amostra e caracterização dos idosos residentes, quanto ao sexo, estão apresentados na Figura 1.



Figura 1- Composição da mostra e percentual do sexo dos idosos residentes na Instituição de Longa Permanência (ILP), 2019.

De acordo com os dados analisados, fizeram parte da amostra 44 idosos, sendo 55% do sexo feminino e 45% do sexo masculino, com a idade acima de 60 anos.

Foram analisadas as refeições ofertadas no cardápio proposto pela ILP em estudo de forma quantitativa: café da manhã, almoço, lanche da tarde e jantar, após pesagem das refeições para a realização da conversão de medidas caseiras em gramas e obtenção dos valores de fibras alimentares.

Observou-se que os alimentos distribuídos no cardápio da ILP, são ofertados e fracionados sem distinção, independente de sexo, idade, patologia e necessidades nutricionais dos idosos. Quanto ao fracionamento, são ofertadas apenas quatro refeições ao dia, divergindo com as recomendações do MS, que estabelece em forma de diretriz nutricional contida nos “Dez Passos para uma Alimentação Saudável”, a realização de três refeições diárias (café da manhã, almoço e jantar), intercalando com três lanches (BRASIL, 2008). A oferta de alimentos aos idosos da referida ILP, demonstra um déficit no fracionamento, e sem correspondência com as recomendações da diretriz.

Quanto a variedade de alimentos ofertados no cardápio, observou-se que os mais frequentes eram: leite, pão de leite, margarina, arroz, feijão, carne, biscoito. Baixa oferta de hortaliças folhosas e frutas. No que diz respeito às frutas, estas eram oferecidas apenas quando havia doações de terceiros.

A margarina foi um dos alimentos mais frequentes dentre o grupo das gorduras, com destaque para os elevados teores de gordura trans presente, especialmente nas variedades de biscoitos ofertados. Em relação ao consumo de alimentos fontes de carboidrato os principais ofertados foram os alimentos como: arroz, pão de leite e biscoitos, além de um baixo consumo de alimentos integrais ricos em fibras alimentares. Kümpel et al. (2011), constataram em seu estudo, baixo consumo de alimentos integrais, corroborando com o presente estudo.

Os resultados da análise da prevalência de obstipação nos idosos residentes estão demonstrados na Figura 2.

Tomando como base os dados oriundos dos questionários aplicados, analisou-se a quantidade de idosos constipados, levando em consideração as variáveis, como idade, sexo, ingestão diária de fibras diária.

O diagnóstico de constipação intestinal foi definido de acordo com os critérios de Roma III, o qual se baseia nas seguintes especificidades: esforço ao evacuar; fezes endurecidas ou fragmentadas; sensação de obstrução ou bloqueio anorretal e menos de três evacuações por semana.



Figura 2- Percentual de idosos obstipados na ILP em estudo, 2019.

A prevalência de constipação intestinal encontrada no presente estudo foi de 9% (4), não obstipados 82% (36), se abstiveram a responder 4% (2) e os que não souberam/não puderam responder 5% (2). Os achados do presente estudo mostram que a maior prevalência esteve presente naqueles com idade superior a 80 anos, tendo predominância em idosos do sexo feminino. Dados semelhantes foram encontrados nos estudos de Collete; Araujo; Madruga (2007); Heitor et al., (2013) e Klaus et al (2015).

No estudo realizado por Klaus et al., (2015), com idosos residentes em instituições de longa permanência para população idosa, os autores constataram a prevalência de constipação intestinal de 42,5% apenas no Brasil. Já no estudo de Silva et al. (2016), a prevalência encontrada foi de 35,5%, com maior percentual em idosos do sexo feminino.

No estudo de Gomes, Duarte e Santos (2018) a prevalência de constipação intestinal nos idosos estudados foi de 14,23%. Neste estudo a prevalências de constipação intestinal encontrada apresentaram valores inferiores e encontrados no estudo de Nesello; Tonelli; Beltrame, (2011). Podendo ser explicado pela utilização de diferentes critérios de diagnósticos aplicados.

Quanto ao consumo de fibras, a média encontrada tanto para os indivíduos constipados quanto para os não constipados, apresentou-se dentro dos valores

recomendados, corroborando com estudos de Mattos; Martins, (2000) e Brandão et al., (2015). Apesar de todos os idosos avaliados terem consumidos as mesmas quantidades de fibras, os constipados podem ter sofrido alterações por fatores extras intestinais, como uso de medicamentos, inatividade física e /ou ingestão hídrica deficiente.

Os resultados da análise para classificação, tipos e ações das fibras alimentares ofertadas no cardápio proposto pela instituição estão apresentados nas Figuras 3,4, 5 e 6.

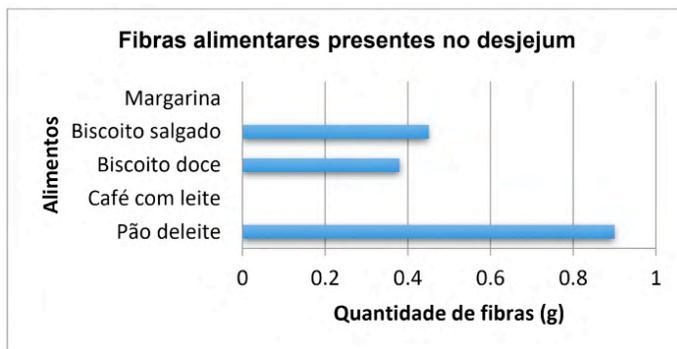


Figura 3- Fibras alimentares presentes no desjejum dos idosos institucionalizados, 2019.

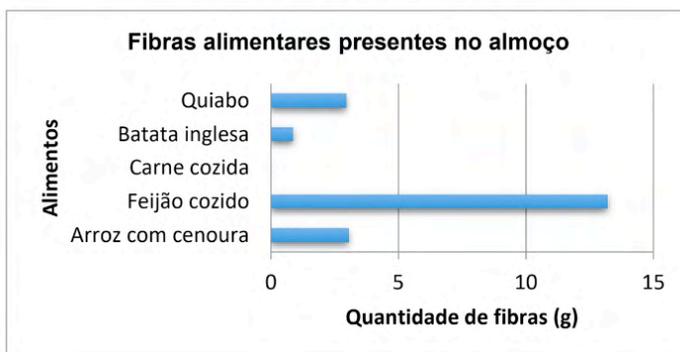


Figura 4- Fibras alimentares presentes no almoço dos idosos institucionalizados, 2019.

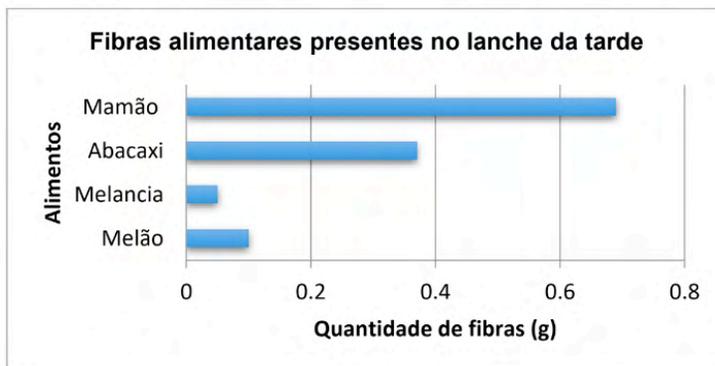


Figura 5 -Fibras alimentares presentes no lanche da tarde dos idosos institucionalizados, 2019.

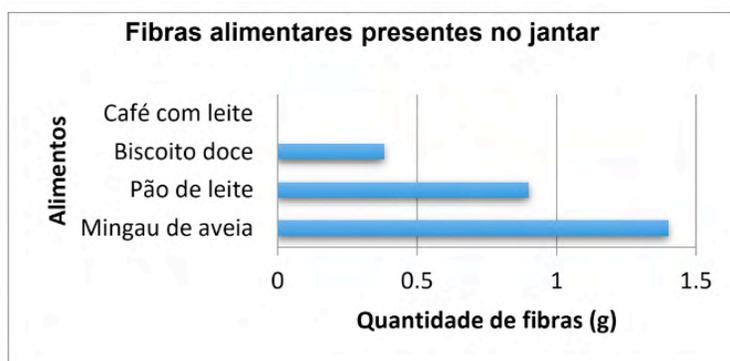


Figura 6- Fibras alimentares presentes no jantar dos idosos institucionalizados, 2019.

De acordo com a análise do semanal, as refeições apresentaram as seguintes quantidades de fibras: no desjejum, pão de leite 0,9g; café com leite 0g; biscoito doce 0,38g; biscoito salgado 0,42g; margarina 0g. No almoço: arroz com cenoura 3,04g; feijão carioca cozido 13,19g; carne bovina cozida 0g; batata 0,87g; quiabo cozido 2,96g. No lanche da tarde: melão 01g; melancia 0,05g; abacaxi 0,37g e mamão 0,69g. No jantar: mingau de aveia 1,4g; pão de leite 0,9g; biscoito doce 0,38g; café com leite 0g. Totalizando: no desjejum 2,65; almoço 20,06g; lanche da tarde 1,21g; jantar 2,68g. Total diário 26,6g de fibras.

Silva et al., (2019) constataram quantidade de fibras ingeridas pelos idosos, de 13,5 g/dia. McGill et al., (2015), constataram 16,1g/dia de fibras na ingestão da alimentação da população idosa estudada. Tais resultados demonstraram quantidades inferiores aos encontrados no presente estudo. Lopes et al., (2017) constataram que a quantidade de fibras ingeridas pelos idosos foi de 30g para homens e 21g para mulheres.

Dentre as refeições ofertadas aos idosos, observou-se que o almoço apresentou maior

percentual de fibras alimentares, totalizando 20,06g das 26,6g em todo o cardápio. Desse modo, constatou-se que a quantidade de fibras ofertadas no cardápio disponibilizado pela instituição, esta conforme as recomendações preconizadas pela *Dietary ReferenceIntakes* –DRIs.

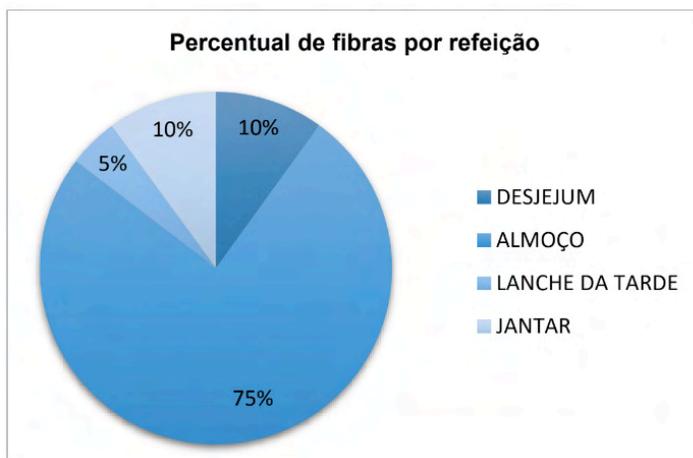


Figura 7- Percentual de fibras por refeição, 2019.

Constatou-se que as fibras alimentares presentes no cardápio ofertado aos idosos são classificadas em solúveis e insolúveis. Para Catalani et al., (2003) e Brennan, (2005), as fibras solúveis são responsáveis pelo aumento do tempo de trânsito intestinal e está relacionada à diminuição do esvaziamento gástrico, o retardo da absorção de glicose, diminuição da glicemia pós-prandial e redução do colesterol sanguíneo. Para Haber et al., (1997) e Catalani et al., (2003) as fibras insolúveis contribuem para o aumento do volume fecal por retenção de água, reduzindo o tempo de transito intestinal, a absorção de glicose e retardo da hidrólise do amido. O aumento do tempo de trânsito e o aumento do volume fecal são considerados fatores importantes para a saúde dos idosos, devido a presença de diabetes e constipação nos indivíduos estudados.

A tabela 1 demonstra os tipos de fibras alimentares, grupos, componentes e principais fontes.

TIPOS	GRUPOS	COMPONENTES	FONTES
Polissacarídeos não amido	Hemicelulose	Arabinogalactanos, β -glicanos, arabinoxilanos, glicuronoxilanos, xiloglicanos, galactomananos	Aveia, cevada, vagem, abobrinha, maçã com casca, abacaxi, grãos integrais e oleaginosas.
	Pectinas	Pectina	Frutas, hortaliças, batatas.
Oligossacarídeos	Frutanos	Inulina e frutoligossacarídeos (FOS)	Chicória, cebola, yacón, alho, banana, tupinambo.
Lignina	Lignina	Ligada à hemicelulose na parede celular. Única fibra estrutural não polissacarídeo – polímero de fenilpropano	Cenoura, brócolis, sementes e frutas tais como o morango.

Tabela 2- Tipos de Fibras Alimentares, Grupos, Componentes e Principais Fontes.

Adaptado de: (BERNAUD; RODRIGUES, 2013)

De acordo com a análise do cardápio da ILP, e tomando como referência a Tabela 1, as principais fontes de fibras ofertadas aos idosos residentes, foram observadas nos alimentos ofertados no cardápio: mingau de aveia, feijão carioca cozido, batata, melão, melancia, abacaxi, mamão, arroz com cenoura e quiabo, consideráveis fibras solúveis. Enquanto as insolúveis foram observadas no pão de leite e biscoitos. Sendo dos tipos Lignina, pectina e hemicelulose.

Donini; Savina e Cannella, (2009) evidenciam que a ingestão de alimentos fontes de fibras, são importantes em particular para os idosos, por serem amplamente úteis, devido ao efeito prebiótico na composição da microbiota colonica, modificando a função do trato gastrointestinal e reativando o sistema imunológico do hospedeiro.

CONCLUSÕES

Diante dos resultados obtidos, conclui-se que a prevalência de constipação intestinal no grupo populacional estudado foi inferior aos dados encontrados na literatura.

Ressalta-se que não houve relação entre a ingestão de fibras e constipação nos idosos estudados. A média encontrada tanto para os indivíduos constipados quanto para os não constipados mostrou-se dentro dos valores recomendados. Estes dados sugerem que o desenvolvimento da constipação intestinal pode não estar atribuída apenas a ingestão de fibras alimentares, e sim a diversos fatores que envolvem o idoso.

Ressaltam-se algumas limitações no estudo, destacando o fato da instituição de

longa permanência ser de cunho não governamental e por vezes necessitar de doações de alimentos para elaboração das refeições dos idosos, levando a necessidade de alteração do cardápio proposto, o que pode contribuir negativamente para a ingestão de preparações com melhor qualidade nutricional, sobretudo, a ingestão de fibras alimentares. Outra limitação consiste em um possível viés de memória relacionado aos dados informados, visto que, grande parte destes, foi referido por uma enfermeira responsável pela instituição.

Outrossim, espera-se que o conteúdo apresentado possa trazer subsídios para o desenvolvimento de estudos futuros, bem como para outros grupos, auxiliando-os nas suas práticas a adoção de uma dieta semanal mais variada com maior aporte de fibras alimentares, para assim, proporcionar benefícios à saúde da população idosa residente em ILPs.

REFERÊNCIAS

BRANDÃO, Joana Maia et al. Associação do consumo de fibras e risco cardiovascular em pacientes idosos. **Int J Cardiovasc Sci**, v.28, n.6 p. 464-471, 2015.

BRASIL. Ministério da Saúde – MS. Guia alimentar para a população brasileira: promovendo a alimentação saudável. 2008. Acesso em: 15 de novembro de 2019. Disponível em: < http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2008.pdf>

BITTENCOURT, Sibeles Meneghel Livro: Protocolo de Atenção à Saúde do Idoso/ Secretaria Municipal de Saúde. Tubarão: Ed. Copiart, 2011.

BRENNAN, Charles S. Fibra alimentar, resposta glicêmica e diabetes. **Nutrição molecular e pesquisa de alimentos**, v. 49, n. 6, p. 560-570, 2005.

CATALANI, Lidiane Aparecida et al. Fibras alimentares. **Revista Brasileira de Nutrição Clínica**, v. 18, n. 4, p. 178-82, 2003.

CHEN, Hsiao-Ling; HUANG, Yi-Chia. Fiber intake and food selection of the elderly in Taiwan. **Nutrition**, v. 19, n. 4, p. 332-336, 2003.

DE LIMA SALCEDO, Renata; KITAHARA, Sandra Emi. Avaliação do consumo semanal de fibras alimentares por idosos residentes em um abrigo. **Conscientiae Saúde**, n. 3, p. 59-64, 2004.

DO CARMO SCHMALTZ, Raquel Mara Ladeira. Avaliação do consumo alimentar de idosos institucionalizados da cidade de Paracatu, MG. **Revista Augustus**, v. 16, n. 32, 2012.

DONINI, Lorenzo M.; SAVINA, Claudia; CANNELLA, Carlo. Nutrition in the elderly: role of fiber. **Archives of gerontology and geriatrics**, v. 49, p. 61-69, 2009.

GAVANSKI, Daniella Souza; BARATTO, Indiomara; GATTI, Raquel Rosalva. Avaliação do hábito intestinal e ingestão de fibras alimentares em uma população de idosos. **Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento- RBONE**, v. 9, n. 49, p. 3-11, 2015.

GOMES, Sâmia; DUARTE, Yeda Aparecida de Oliveira; SANTOS, Jair Licio Ferreira. Constipação intestinal em idosos e fatores associados - Estudo SABE. **Revista de Coloproctologia (Rio de Janeiro)**, v. 39, n. 2, p. 101-106, 2019.

HABER, GB et al. Depleção e interrupção da fibra alimentar: efeitos na saciedade, glicose plasmática e insulina sérica. **The Lancet**, v. 310, n. 8040, p. 679-682, 1977.

HEITOR, Sara Franco Diniz et al. Fatores associados à constipação intestinal em idosos residentes na zona rural. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, v. 15, n. 4, p. 948-55, 2013.

KLAUS, Joice Herrmann et al. Prevalência e fatores associados à constipação intestinal em idosos residentes em instituições de longa permanência. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 18, n. 4, p. 835-843, 2015.

KÜMPPEL, Daiana Argenta et al. Avaliação nutricional e consumo alimentar de idosos institucionalizados: Relato de Experiência. **Revista Contexto & Saúde**, v. 11, n. 20, p. 777-782, 2011.

LOPES, Joice Ferreira et al. Avaliação da quantidade de fibras ofertada no cardápio de uma instituição de longa permanência para idosos. **Revista Saúde UniToledo**, v. 1, n. 2, 2017.

MALANCHEN, Bruno Eduardo et al. Composição e propriedades fisiológicas e funcionais da aveia. **Fag journal of health (FJH)**, v. 1, n. 2, p. 185-200, 2019.

MCGILL, Carla et al. Ten-year trends in fiber and whole grain intakes and food sources for the United States population: National Health and Nutrition Examination Survey 2001–2010. **Nutrients**, v. 7, n. 2, p. 1119-1130, 2015.

NESELLO, Luciane Angela Nottar; TONELLI, Fernanda Odebrecht; BELTRAME, Tainá Baldicera. Constipação intestinal em idosos frequentadores de um centro de convivência no município de Itajaí – SC. Intestinal constipation among elderly individuals attending a/community center in Itajaí city-SC. **CERES: Nutrição & Saúde**, v. 6, n. 3, p. 151-162, 2011.

PALMA, Rita Isabel Leirias. A queda e a capacidade funcional do idoso. Tese de Doutorado - UNIVERSIDADE DO ALGARVE, Faro, 2011.

POLLO, Sandra Helena Lima; DE ASSIS, Mônica. Instituições de longa permanência para idosos-ILPIS: desafios e alternativas no município do Rio de Janeiro. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 11, n. 1, p. 29-43, 2008.

RAMOS, Luiz Roberto. Fatores determinantes do envelhecimento saudável em idosos residentes em centro urbano: Projeto Epidoso, São Paulo. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 19, p. 793-797, 2003.

SILVA, Grazielle Maria da et al. Elevada prevalência de inadequação do consumo de fibras alimentares em idosos e fatores associados: um estudo de base populacional. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 22, p. e190044, 2019.

Tabela brasileira de composição de alimentos- TACO / NEPA – UNICAMP.- 4. ed. rev. e ampl.. Campinas: NEPA - UNICAMP, 2011.

TALLEY, Nicholas J. et al. Constipation in an elderly community: a study of prevalence and potential risk factors. **American Journal of Gastroenterology**, v. 91, n. 1, 1996.

ÍNDICE REMISSIVO

A

Adolescentes 88, 127, 129, 144, 145, 146, 147, 148, 149, 150, 151, 152, 153, 154, 160, 163, 166, 167, 210, 211, 212, 213, 214, 216, 217, 218, 219, 220, 221, 222, 223, 224, 226, 243

Aleitamento Materno 98, 104, 110, 114, 119, 120, 121

Alergia Alimentar 98, 99, 100, 105, 106

Algoritmo 74, 75, 80, 82, 83

Alimentação Saudável 43, 51, 54, 120, 144, 151, 155

Amamentação 102, 110, 111, 113, 117, 119, 122, 123, 125, 126, 127, 128, 129, 130, 138, 139, 180, 193, 196, 197

Antropometria 14, 193, 197

Autismo 55, 56, 57, 58, 59, 60, 61, 70, 72

C

Carência nutricional 63

Cirurgia Bariátrica 168, 169, 170, 171, 172, 173, 174, 175, 176, 177

Comportamento Alimentar 4, 22, 23, 55, 56, 58, 59, 60, 62, 63, 65, 66, 68, 69, 71, 131, 141, 145, 149, 156, 157, 158, 159, 161, 162, 163, 164, 165, 166, 167, 182, 183

Comportamento Materno 131

Consumo alimentar 1, 8, 13, 14, 15, 16, 23, 26, 27, 28, 29, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 49, 50, 111, 113, 114, 116, 121, 129, 133, 136, 138, 221, 223, 232, 233, 234, 237, 238, 239, 244

Consumo de alimentos 8, 13, 15, 18, 20, 22, 24, 27, 34, 36, 37, 43, 51, 52, 60, 116, 129, 159, 164, 182, 202, 208, 211, 214, 216, 218, 220, 226, 227, 230, 232, 233

Criança 56, 57, 58, 59, 60, 64, 65, 100, 104, 108, 109, 110, 111, 112, 114, 115, 116, 117, 118, 124, 125, 126, 127, 129, 136, 139, 140, 145, 154, 190, 192, 194, 195, 198, 204, 208, 223

Crianças 6, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 22, 23, 24, 25, 40, 51, 52, 53, 55, 56, 57, 58, 59, 60, 61, 62, 63, 64, 65, 66, 67, 68, 69, 70, 71, 84, 88, 98, 99, 100, 101, 102, 103, 104, 105, 106, 108, 109, 110, 111, 112, 113, 114, 115, 116, 117, 118, 119, 120, 121, 122, 123, 124, 125, 126, 128, 129, 132, 133, 135, 136, 137, 138, 139, 140, 141, 145, 155, 189, 190, 192, 193, 194, 195, 196, 197, 198, 202, 204, 205, 206, 207, 208, 209, 210, 213, 218, 226, 228, 229, 230, 243

D

Depressão 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 138, 160, 170, 174, 184

Dieta 1, 2, 3, 4, 5, 7, 8, 18, 19, 22, 33, 34, 36, 37, 38, 41, 42, 49, 56, 57, 58, 78, 88, 91,

93, 95, 96, 104, 122, 131, 133, 135, 136, 137, 138, 139, 140, 144, 145, 151, 152, 153, 160, 186, 202, 230, 233, 234, 236

Digital Influencers 75, 83

E

Educação Nutricional 55, 56, 58, 60, 125, 225, 230

Engajamento 74, 75, 78, 80, 82, 83, 190, 198

Escola 16, 24, 70, 86, 96, 129, 144, 145, 146, 148, 149, 150, 152, 153, 154, 155, 189, 204, 205, 206, 207, 209, 213, 216, 217, 222, 223, 225, 226, 227, 231, 238, 241, 242

Escolares 13

Estado Nutricional 33, 38, 71, 108, 119, 120, 121, 188, 211, 217

F

Fibras 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 68, 218, 227

Futebol 26, 27, 28, 31, 32, 33

I

Idosos 6, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50

Imagem Corporal 156, 157, 159, 160, 162, 164, 165, 166, 167, 168, 169, 170, 171, 173, 174, 176, 177, 183

Impactos 61, 108, 109, 115, 117, 118, 144, 146, 148, 149, 152, 153, 156, 157, 160, 161, 170, 173, 174, 187

Infância 14, 15, 56, 57, 65, 104, 122, 124, 127, 135, 136, 145, 148, 155, 189, 190, 191, 192, 194, 195, 196, 197, 198, 204, 208, 223, 229, 230

Ingestão de Alimentos 131

Instagram 74, 75, 76, 78, 79, 80, 81, 82, 83, 84, 85

M

Mídias Sociais 74, 75, 76, 77, 78, 79, 82, 160

Mulheres 6, 27, 28, 32, 34, 37, 46, 67, 77, 81, 88, 122, 127, 131, 132, 133, 135, 136, 137, 138, 139, 140, 141, 163, 165, 167, 170, 172, 174, 176

N

Networking 75, 83, 84

Neurociências 63

Nutrição 2, 9, 1, 2, 3, 4, 13, 24, 26, 33, 37, 42, 49, 50, 54, 55, 56, 58, 61, 63, 67, 74, 76, 77, 78, 79, 80, 84, 86, 87, 88, 89, 93, 94, 95, 96, 105, 106, 110, 111, 113, 114, 117, 120, 121, 127, 130, 131, 138, 145, 152, 155, 156, 161, 162, 164, 166, 167, 168, 178, 180, 181, 183, 186, 187, 188, 190, 191, 195, 197, 220, 223, 226, 227, 230, 238, 239, 240, 242, 244, 245

Nutrição da Criança 131

Nutrição enteral 42, 86, 87, 89, 93, 94, 95, 96

Nutrição infantil 63

Nutrientes 1, 2, 3, 6, 24, 28, 29, 36, 38, 88, 108, 109, 110, 118, 139, 145, 150, 163, 179, 183, 190, 227, 228

O

Obesidade 2, 4, 15, 49, 60, 68, 108, 117, 118, 124, 138, 145, 151, 161, 164, 167, 168, 169, 170, 171, 172, 173, 174, 175, 176, 177, 180, 187, 191, 199, 203, 214, 217, 219, 220, 221, 222, 223, 226, 227, 230

Obstipação 39, 40, 41, 44

P

Padrões de dieta 1, 3, 135

Pobreza 122, 192, 195, 199

Propagar 156

R

Recém-Nascido Prematuro 87, 88, 93, 96

S

Saúde 2, 9, 1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 15, 16, 23, 24, 26, 27, 28, 29, 33, 34, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 47, 49, 50, 52, 53, 54, 55, 58, 60, 61, 62, 65, 68, 70, 71, 74, 75, 77, 78, 79, 84, 86, 88, 89, 94, 95, 96, 99, 100, 101, 107, 109, 110, 111, 113, 114, 117, 118, 119, 120, 121, 122, 123, 124, 125, 127, 128, 129, 130, 132, 133, 136, 144, 145, 146, 147, 148, 149, 150, 151, 152, 153, 154, 155, 156, 158, 160, 161, 162, 164, 166, 168, 170, 171, 174, 175, 176, 177, 178, 179, 180, 181, 182, 183, 185, 186, 187, 188, 189, 190, 192, 194, 195, 199, 201, 202, 204, 205, 206, 207, 208, 209, 210, 211, 212, 213, 214, 218, 219, 220, 221, 222, 223, 224, 225, 226, 227, 228, 229, 230, 238, 239, 240, 241, 242, 243, 244

Seletividade Alimentar 56, 58, 59, 60, 62, 66, 67, 70, 72

T

Trabalhar 52, 53, 117, 144, 145, 146, 148, 152, 153, 154, 181, 184, 185, 227, 228

Transformação 76, 156

Transtorno do Espectro Autista 62, 63, 64, 65, 67, 71, 72

Transtornos da Alimentação 131

Transtornos mentais 1, 2, 9, 70, 180, 181, 182, 187

U

Unidade de Terapia Intensiva Neonatal 87, 88, 89, 95, 96

V

Vaidade 156

Z

Zona Rural 13, 14, 15, 20, 22, 23, 50

ALIMENTOS, NUTRIÇÃO E SAÚDE

2

-  www.atenaeditora.com.br
-  contato@atenaeditora.com.br
-  [@atenaeditora](https://www.instagram.com/atenaeditora)
-  www.facebook.com/atenaeditora.com.br

ALIMENTOS, NUTRIÇÃO E SAÚDE

2

-  www.atenaeditora.com.br
-  contato@atenaeditora.com.br
-  [@atenaeditora](https://www.instagram.com/atenaeditora)
-  www.facebook.com/atenaeditora.com.br