

Prevalência de constipação intestinal em estudantes de fisioterapia de uma universidade de Maceió/AL

Prevalence of constipation in students of Physiotherapy of a university in Maceió, AL

Izabelle Quintiliano Montenegro Bomfim^{1*}, Luana Santos Nunes², Tamara Cavalcanti Alves²

¹ *Fisioterapeuta. Mestre em Ciências da Saúde. UNIFESP. Docente da UNCISAL e do Centro Universitário CESMAC;* ² *Fisioterapeuta*

RESUMO

Introdução: a Constipação Intestinal (CI) é caracterizada pelo funcionamento inadequado do trato intestinal. Ingressar na faculdade, para muitos estudantes, resulta na ocorrência de fatores característicos do meio acadêmico, como stress, horários desregulados para as refeições, dificuldade em evacuar fora de casa e sedentarismo, que podem contribuir para CI. **Objetivo:** determinar a prevalência de constipação intestinal em estudantes de Fisioterapia de uma universidade de Maceió/AL. **Metodologia:** estudo epidemiológico, transversal e descritivo com estudantes do curso de graduação de Fisioterapia da Universidade Estadual de Ciências da Saúde de Alagoas. Para a coleta de dados, foram utilizados formulários individuais com questões objetivas (perfil socioeconômico e demográfico, hábitos de vida, fatores de risco associados e os critérios de diagnóstico de Roma III para CI). A definição de CI se deu por meio dos Critérios de Roma III. A amostra foi constituída por 104 estudantes de Fisioterapia, do primeiro ao quarto ano e acima de 18 anos. Os dados foram coletados com um formulário padronizado impresso, posteriormente digitados em formulário eletrônico do *Software Epi Info 7.0*. Após, utilizou-se o *Software Biostat 5.0*, por meio do qual foi conduzida a estatística descritiva e analítica. **Resultados:** a taxa de prevalência de CI foi de 44%, onde houve a maior prevalência no sexo feminino (85%). **Conclusão:** foi encontrada uma alta prevalência de constipados em relação a outros estudos que utilizaram os mesmos critérios de diagnóstico. Faz-se necessária a realização de novas pesquisas mais detalhadas, com o intuito de aprofundar os conhecimentos neste tema.

Palavras-chave: Prevalência. Constipação Intestinal. Estudantes.

Abstract

Introduction: The Constipation is characterized by inadequate functioning of the intestinal tract. For many students, getting into the college results in the occurrence of characteristic factors of academic world (stress, deregulated times for meals, difficulty evacuate away from home, sedentary lifestyle) that may contribute to constipation. **Objective:** determine the prevalence of constipation in Physiotherapy students a university in Maceió / AL. **Methodology:** epidemiological, cross-sectional descriptive study with students of Physiotherapy degree courses at the University of Health Sciences of Alagoas. For data collection was used individual forms with objective questions (socioeconomic and demographic profile, lifestyle, risk factors and diagnosis of Critérios de Roma III for constipation.) Constipation definition was through the Critérios de Roma III. The sample consisted of 104 students of Physiotherapy. The inclusion criteria had students above 18 years of the degree course in Physiotherapy first to fourth year, who are enrolled and who wished to participate. Data were collected in a printed standard form and subsequently entered in the electronic form software *Epi Info 7.0*. After that, we used the *Biostat 5.0* software, through which was conducted descriptive and analytical statistics. **Results:** the prevalence of IC was 44% which there was a higher prevalence in females (85%). **Conclusion:** a high prevalence of constipation compared to other studies using the same diagnostic criteria found. Conducting more detailed researches is needed to further our knowledge in this subject.

Keywords: Prevalence. Constipation. Students.

INTRODUÇÃO

A Constipação Intestinal (CI) é um distúrbio que acomete indivíduos em qualquer momento da vida e é a queixa digestiva mais comum na população geral. Em virtude de sua elevada prevalência, a CI crônica vem sendo considerada como um problema de saúde pública (OLIVEIRA et al., 2006).

É caracterizada pelo funcionamento inadequado do trato intestinal, onde há uma diminuição dos movimentos das fezes no intestino grosso, com grande quantidade seca e endurecida, no cólon descendente, que se acumula devido ao longo tempo disponível para a absorção de líquidos (JAIME et al., 2009).

Atualmente, as competências que são conferidas ao homem, no seu campo de trabalho, na escola e no ambiente familiar, têm causado interferência em sua qualidade de vida, acarretando em falta de horários estabelecidos para as refeições e indisposição de tempo para a prática de exercícios físicos. Ao tempo que é observada

Correspondente/Corresponding: *Izabelle Quintiliano Montenegro Bomfim – End: Endereço: Condomínio San Nicolas, Q:S, n. 13 – Serraria. CEP: 57046-361 – Maceió – AL – Tel: (82) 98865-8183 – E-mail: izabellebomfim@gmail.com

uma modificação dos hábitos alimentares da população gerada pela tecnologia, onde se percebe um aumento no consumo de alimentos refinados, industrializados, com baixo teor de fibras alimentares contidas em alimentos como cereais integrais, cascas das frutas, verduras e hortaliças (CUNHA; MORAES; OLIVEIRA, 2008).

Alguns fatores, como os sintomas crônicos, a falta de orientação terapêutica e o uso de laxantes, podem ter como consequência o surgimento de outros problemas, como: doença diverticular do colón, hemorróidas, fissuras anais e fecalomas com impactação. Além disso, a CI pode ser um sintoma inicial de doenças graves como, por exemplo, o câncer colorretal. A CI, quando grave, pode levar alguns pacientes a apresentar infecções do trato urinário e prolapso retal, enquanto que a obstrução fecal, em idosos e em pacientes institucionalizados, pode resultar em úlceras intestinais contaminadas (COLLETE; ARAUJO; MADRUGA, 2010).

A classificação da constipação intestinal pode ser de origem orgânica, quando é secundária a alguma doença. Quando não existe nenhuma doença que cause a constipação secundária no paciente, é classificada como funcional (JAIME et al., 2009).

Os fatores associados à CI são idade, sexo, baixo nível socioeconômico, baixa escolaridade, estilo de vida dos países industrializados, práticas alimentares, círculo vicioso de evacuação dolorosa gerando distúrbios da motilidade intestinal, fatores constitucionais e hereditários, sedentarismo, imobilidade, anomalias estruturais, ansiedade, depressão, somatização, câncer de cólon, prolapso e fissura anal, dentre outros (VIEIRA; PUPO; LACOMBE, 2005).

A CI é mais prevalente que uma série de outras afecções crônicas comuns, como a hipertensão, obesidade e diabetes mellitus. Predomina no sexo feminino (2:1) e acomete todas as faixas etárias, porém, é mais comum em indivíduos com mais de 65 anos (TRISÓGLIO et al., 2010).

Ingressar na faculdade, para muitos estudantes, corresponde ao primeiro momento em que eles terão que se responsabilizar por sua moradia, alimentação e finanças. A inabilidade para realizar tais tarefas, juntamente com fatores psicossociais, sedentarismo, estilo de vida moderno e a ocorrência de fatores característicos do meio acadêmico, como stress, horários desregulados para as refeições e dificuldade em evacuar fora de casa, podem contribuir para que esses indivíduos omitam suas refeições ou as substituam por lanches rápidos e práticos, pobres em fibras (SILVA et al., 2012).

O Critério de Roma III é uma ferramenta importante no diagnóstico da CI, na comparação de dados ou estudos. É baseado na presença e frequência de seis sintomas chaves, que devem estar presentes nos últimos três meses, sendo que o início deve ter ocorrido há pelo menos seis meses. Caracteriza-se CI se houver a presença de dois ou mais dos sintomas em pelo menos 25% das evacuações (OLIVEIRA, 2007).

Dessa forma, é importante a verificação precoce da CI e a adesão de medidas para seu controle, devido às con-

seqüências desagradáveis do diagnóstico tardio (OLIVEIRA et al., 2006).

O objetivo desta pesquisa foi determinar a prevalência de constipação intestinal em estudantes de Fisioterapia de uma universidade de Maceió/AL.

METODOLOGIA

Esta pesquisa foi encaminhada para avaliação ao Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade Estadual de Ciências da Saúde de Alagoas (UNCISAL), Maceió/AL. Iniciou-se, após a aprovação com o Protocolo de número 641.566.

O estudo é do tipo transversal e descritivo, onde foi utilizada uma amostra não probabilística e por conveniência. A pesquisa foi realizada de julho a novembro de 2014, através da aplicação de formulários individuais junto a 130 estudantes de Fisioterapia da Universidade Estadual de Ciências da Saúde de Alagoas (UNCISAL), Maceió (AL) (Campus Governador Lamenha Filho). É uma universidade estadual pública, com cursos de graduação na área da saúde (Enfermagem, Fisioterapia, Fonoaudiologia, Medicina e Terapia ocupacional), além dos cursos tecnológicos (Tecnologia em Análise e Desenvolvimento de Sistemas, Tecnologia em Processos Gerenciais, Tecnologia em Radiologia e Tecnologia em Sistemas Biomédicos).

Os critérios de inclusão considerados foram: ser estudante acima de 18 anos, do curso de graduação em Fisioterapia do primeiro ao quarto ano, devidamente matriculados e que desejassem participar da pesquisa. A condição de estudante foi comprovada pela apresentação de um documento de identificação que continha a foto do indivíduo. Os de exclusão: estudantes gestantes, os não matriculados, os do quinto ano de faculdade ou os que deixaram o formulário em branco, assim como os que não desejaram participar da pesquisa. Esses critérios foram identificados pelo pesquisador, no momento do recrutamento dos sujeitos, por meio de perguntas e de uma lista com os nomes de todos os alunos devidamente matriculados no curso.

Os alunos foram selecionados, segundo os critérios de inclusão, e convidados a participar do estudo pelos pesquisadores. Durante o convite, foram apresentadas informações sobre a pesquisa (objetivos, riscos, benefícios e autonomia para se desligar da pesquisa, em qualquer momento que desejar, sem nenhum dano). Ao confirmarem o interesse de participar da pesquisa, foram entregues uma cópia do termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE), para que existisse a assinatura do mesmo pelo indivíduo, um formulário para a coleta de dados com questões socioeconômicas e demográficas, fatores de risco associados e os critérios de diagnóstico de Roma III para CI.

Foram avaliadas as variáveis sexo, idade, renda familiar, história de constipação familiar, hábitos de vida, etilismo, prática de atividade física, frequência de evacuações, presença de fezes endurecidas, necessidade e frequência de esforço evacuatório, sensação de evacuação incompleta e

obstrução anorretal, necessidade e frequência de manobras manuais facilitadoras da evacuação, uso de laxativos, ingestão de fibras e líquidos.

O Critério de Roma III é baseado nos seguintes sintomas: esforço evacuatório, fezes endurecidas ou fragmentadas, sensação de evacuação incompleta, sensação de bloqueio anorretal, necessidade de manobras manuais facilitadoras e número de evacuações (frequência de evacuações inferior a 3 vezes por semana). Esses sintomas devem estar presentes, nos últimos três meses, e seu início deve ter ocorrido há pelo menos seis meses. Caracteriza-se CI se houver a presença de dois ou mais desses sintomas em pelo menos 25% das evacuações (CUNHA; MORAES; OLIVEIRA, 2008).

Para a garantia de sigilo e evitar constrangimentos, o formulário, ao ser recebido, foi imediatamente colocado em um envelope pardo. Ao término da coleta, foi entregue um folder educativo com informações sobre a constipação intestinal (conceito, causas, sintomas e como evitar).

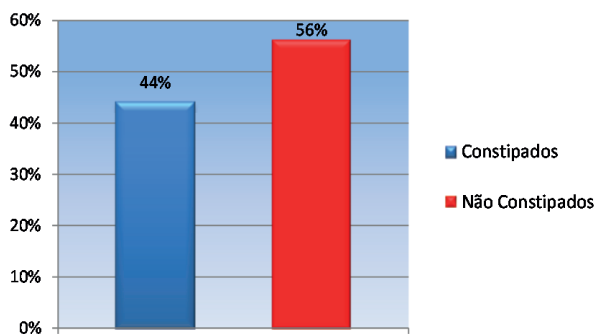
Os dados foram coletados em um formulário padronizado impresso e, posteriormente, digitados em formulário eletrônico do *Software Epi Info 7.0*, para a organização dos dados na planilha do Microsoft Excel. Feito isso, foi utilizado o *Software Biostat 5.0*, por meio do qual foi conduzida a estatística descritiva analítica. Foram utilizados porcentagens, média e desvio padrão para a variável idade e o teste não-paramétrico Qui-quadrado para as outras variáveis. Os dados foram tabulados e representados através de dois gráficos e três tabelas.

RESULTADOS

Dos 130 indivíduos aos quais foi aplicado o formulário, 104 (80%) responderam e foram incluídos no estudo e 26 (20%) entregaram o formulário em branco e foram excluídos. Do total de estudantes abordados, 74% eram do sexo feminino e 26% do sexo masculino. A média de idade foi de 20,99 anos \pm 3,30 anos, variando entre 18 a 39 anos.

A prevalência de constipação intestinal definida, mediante preenchimento dos critérios diagnósticos de Roma III, nos 104 estudantes de fisioterapia entrevistados, foi de 44% (Gráfico 1).

Gráfico 1 – Prevalência de constipação intestinal em estudantes de fisioterapia de uma Universidade de Maceió/AL



Fonte: Dados da Pesquisa

O estudo de Jaime et al. (2009), realizado com universitários de uma instituição particular de Goiana, apontou que, dos quais de 200 abordados, 40% eram constipados. Trisóglgio et al. (2009), num estudo para verificar a prevalência de constipação intestinal, entre estudantes de Medicina de uma Instituição no Noroeste Paulista, verificaram que, de 150 estudantes participantes, a taxa geral de prevalência para CI foi de 35%. Assim, no presente estudo, foi encontrada uma prevalência de CI maior que as encontradas nos trabalhos citados. Acredita-se que essa diferença possa ser em virtude da universidade apresentar horário integral de funcionamento do curso, o que pode acarretar em aumento dos fatores de risco para constipação.

A Tabela 1 descreve a caracterização sócio-demográfica e econômica da amostra estudada.

Tabela 1 – Caracterização sócio-demográfica e econômica dos estudantes de fisioterapia de uma Universidade de Maceió/AL

Sexo	Constipados		n	p-valor
	Sim	Não		
	N	(%)	(%)	
Masculino	7	15%	20	0.026
Feminino	39	85%	38	
Ano				
1º	14	31%	18	0.8894
2º	12	26%	14	
3º	13	28%	14	
4º	7	15%	12	
Renda familiar				
Menor ou igual a 1 salário	9	20%	14	0.6003
2 a 3 salários	26	56%	27	
Maior que 4	11	24%	17	
Com quem reside				
Pais	34	73%	32	0.2286
Sozinho	4	9%	6	
Amigos	4	9%	9	
Parentes	4	9%	11	

Legenda: %: porcentagem, n: amostra, valor de p: nível de significância.

Fonte: Dados da pesquisa.

Ao se avaliar a predominância de constipação intestinal entre os gêneros, foi detectada uma predominância do sexo feminino (85%), quando comparado ao masculino (15%), sendo estatisticamente significativa ($p=0,026$) (Tabela 1). Trisóglgio et al. (2009) investigaram a prevalência de CI, entre graduandos de Medicina, e a maior parte de sua amostra de constipados também foi composta pelo gênero feminino (60%), sendo seu resultado estatisticamente significativo ($p<0,0001$). Essa concordância nos resultados é a esperada pela literatura, uma maior prevalência de constipação em mulheres.

Com relação às variáveis ano do curso que se encontra, renda familiar e com quem reside não houve relevância significativa (Tabela 1). No trabalho de Lessa e Braz (2011), foi observado na variável “ano do curso em que se

encontra”, que desde os períodos iniciais da graduação, os estudantes adquiriram um conhecimento técnico e científico sobre alimentação-saúde-adoecimento. Então, partiu-se do pressuposto que, durante os períodos finais, haveria um maior esclarecimento quanto às causas que levam ao surgimento de constipação, e assim, era de se esperar que a prevalência fosse menor se comparada com a dos estudantes dos períodos iniciais. Existindo similaridade nos resultados evidenciados nesta pesquisa.

Similaridades estas que mostram que com o avançar dos anos no curso, os alunos apresentam um melhor conhecimento de conteúdos relacionados à saúde e doença, e dessa forma facilita a melhora da qualidade de vida e redução dos fatores de risco para constipação, o que torna um dado importante mesmo não apresentando uma relevância significativa.

A Tabela 2 descreve os hábitos de vida relacionados à constipação intestinal da amostra estudada.

Tabela 2 – Hábitos de vida relacionados à constipação intestinal nos estudantes de fisioterapia de uma Universidade de Maceió/AL

	Constipados				p-valor
	Sim		Não		
	N	(%)	N	(%)	
Frequência de alimentação/dia					
3 vezes	23	50%	26	45%	0.7682
5 vezes	20	44%	30	51%	
Menos que 3 vezes	1	2%	1	2%	
4 vezes	1	2%	0	0%	
Não respondeu	1	2%	1	2%	
Frequência de alimentação de fibras					
Sempre	9	20%	20	34%	0.1467
Às vezes	37	80%	37	64%	
Nunca	0	0%	1	2%	
Ingestão de água/dia					
Menos que 3 copos	18	39%	15	26%	0.0124
4 a 5 copos	20	43%	17	29%	
Mais que 6 copos	8	18%	26	45%	
Prática de atividade física					
Sim	13	28%	17	29%	0.9066
Não	33	72%	41	71%	
Ingestão de bebidas alcóolicas					
Sim	9	20%	10	17%	0.7607
Não	37	80%	48	83%	

Legenda: %: porcentagem, n: amostra, valor de p: nível de significância.

Fonte: Dados da pesquisa.

Sabe-se que outro fator de risco que pode levar à CI é a omissão de refeições. No presente estudo, foi visto que, aproximadamente, 50% dos estudantes constipados realizavam as três refeições básicas, por dia, e 2% realiza-

vam menos que três refeições, por dia, não sendo então observado significância estatística ($p=0,768$). Quanto à frequência de ingestão de alimentos ricos em fibras em constipados, foram colocados, no formulário, alternativas como “sempre”, “às vezes” ou “nunca”, onde observou-se que 80% dos estudantes realizavam a ingestão desses alimentos apenas às vezes e 20% sempre, não sendo visto nenhum resultado quanto a nunca ingerirem alimentos ricos em fibras, não tendo, portanto, nenhuma relevância estatística ($p=0,146$) (Tabela 2). Jaime et al., (2009) não encontraram associação significativa entre prevalência de constipação e consumo de alimentos fontes de fibras, visto que, dos indivíduos constipados e não constipados de sua amostra, 37,97% e 43,8% respectivamente, referiram uma frequência de ingestão desses alimentos de 1 a 2 vezes por dia, enquanto 16,46% e 17,72%, respectivamente, relataram uma frequência de 1 a 2 vezes por semana. Em ambos os estudos, o atual e o em que se estabeleceu comparação de dados, notou-se que não houve correlação entre a ingestão e não a ingestão de alimentos ricos em fibras com a constipação intestinal.

Já em relação à ingestão hídrica, o recomendado é de, pelo menos, oito copos/dia de líquidos, incluindo sucos, água, entre outros, pois altera o peso e a maciez das fezes. Além disso, a ingestão hídrica elevada também se relaciona com o aumento do número de reflexos gastrocólicos e contribui para a lubrificação intestinal (JAIME et al., 2009). Nesta investigação, foi visto que 43% dos estudantes constipados ingeriam menos que seis copos/dia, demonstrando, assim, um resultado de relevância significativa ($p=0,0124$). Este resultado corroborou com o estudo de Lessa e Braz (2011), onde detectou-se que um maior percentual de ingestão de água, equivalente a oito ou mais copos por dia, no grupo de indivíduos não constipados, 41,94%. Assim, sendo comprovado que, que a ingestão de líquidos, como água e sucos, por exemplo, tem papel no peso e maciez das fezes, além de contribuir para o aumento do número de reflexos gastrocólicos e proporcionar uma lubrificação intestinal.

A vida sedentária, comum na atualidade, não teve relação estatística direta com a constipação intestinal, neste estudo ($p=0,906$), embora Cota e Miranda (2006) citem o sedentarismo como fator de risco para a constipação. Grande parte dos estudantes constipados não realizava nenhum tipo de atividade física (72%) (Tabela 2). Esse resultado se assemelha com o encontrado no trabalho de Lessa e Braz (2011), realizado com universitários de uma instituição superior federal do norte de Minas, onde o sedentarismo esteve presente em 65,00% dos constipados. Pode-se perceber que o sedentarismo foi predominante em ambos os grupos de constipados e não constipados, por ser um universo de jovens universitários, com vida corrida e prioridade na formação acadêmica, colocando a prática de atividade física em segundo plano nesta etapa da vida. E podemos ainda afirmar que o sedentarismo é realmente um fator de risco para a constipação como mostra a literatura.

No que se refere à ingestão de bebidas alcoólicas, 80% dos constipados no presente estudo não ingerem bebidas alcoólicas, mostrando, assim, uma não relevância estatística no resultado ($p=0,760$). A história de constipação intestinal na família também não teve nenhuma relevância significativa ($p=0,121$).

A Tabela 3 descreve a prevalência de fatores de risco comportamentais da amostra estudada.

Tabela 3 – Fatores de risco comportamentais dos estudantes de Fisioterapia de uma universidade de Maceió/AL

Constipados						
		Sim		Não		p-valor
		n	(%)	n	(%)	
Mãe e/ou pai constipados						
Sim		16	35%	10	17%	0.1218
Não		18	39%	29	50%	
Não sei		12	26%	19	33%	
Evacua em qualquer lugar fora de casa						
Sim		13	28%	24	41%	0.1652
Não		33	72%	34	59%	
n (%) n (%) p-valor						
Uso de Laxantes						
Sim		5	11%	5	9%	0.6992
Não		41	89%	53	91%	

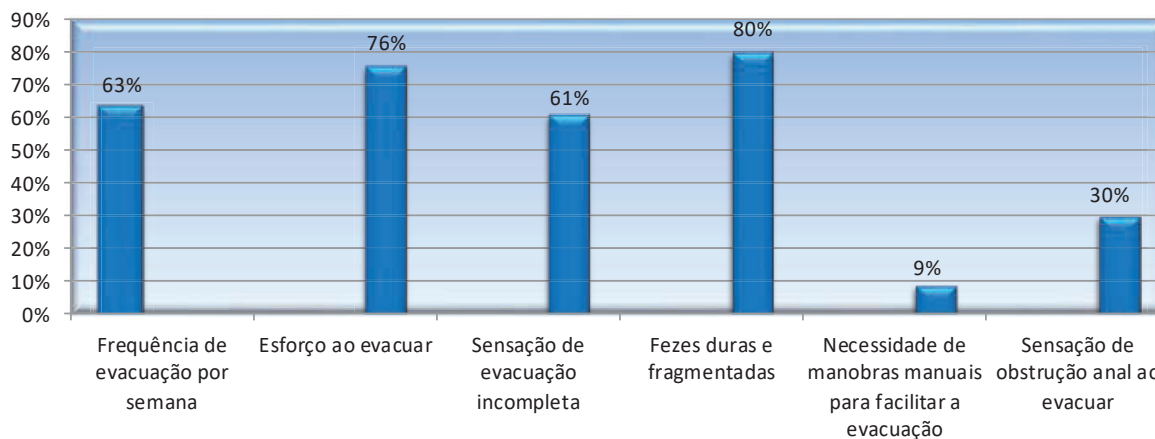
Legenda: %: porcentagem, n: amostra, valor de p: nível de significância.
Fonte: Dados da pesquisa.

Dos constipados, 39% não tinham nenhuma história de constipação na família (Tabela 3). No entanto, em uma instituição particular de Goiânia, observou-se um maior percentual de indivíduos constipados (55,7%) com apresentação de história familiar de constipação (SILVA et al., 2012).

No que diz respeito à dificuldade de evacuar fora de casa, foi visto que 72% dos constipados não possuem esta dificuldade, não existindo, assim, significância estatística ($p=0,165$). A não obediência ao reflexo da evacuação dificulta o restabelecimento da resposta adequada ao reflexo gastrocólico.

Dos indivíduos constipados, 89% não utilizavam métodos laxativos. Neste quesito não foi observado significância estatística ($p=0,699$). Não corroborando com um estudo realizado com as 179 acadêmicas do Curso de Nutrição do Centro Universitário Metodista de Porto Alegre, onde 55% afirmam usar ou já ter usado algum tipo de laxante na vida, motivadas por dificuldade ao evacuar, perda de peso ou baixa frequência de evacuações. Há uma grande incidência de uso abusivo de laxantes, seja por falta de informação médica ou por um não total esclarecimento sobre a constipação. Porém isso não foi percebido em nosso estudo.

Gráfico 2 – Critérios de Roma III em Estudantes de Fisioterapia de uma Universidade de Maceió/AL



Fonte: Dados da pesquisa

Dos 6 Critérios de Roma III, 5 apresentaram estatisticamente uma alta relevância entre os constipados, sendo eles: frequência de evacuações (63% de 0 à 3 vezes por semana; $p<0,0001$), esforço evacuatório (76%; $p<0,0001$), sensação de evacuação incompleta (61%; $p<0,0001$), fezes endurecidas ou fragmentadas (80%; $p<0,0001$) e sensação de obstrução anal ao evacuar (30%; $p=0,0016$). Apenas o critério para manobras manuais facilitadoras não teve significância estatística com 9% ($p=0,254$) (Gráfico 2).

Esse resultado corroborou com o que foi encontrado por Trisóglou et al., (2009) quanto a dois critérios: esforço evacuatório (48%) e fezes endurecidas ou fragmentadas (52%), os quais foram mais prevalentes, dentre os 6 critérios de Roma III. Com relação aos demais critérios avaliados, no estudo acima, não foi constatado relevância estatística, o que diverge dos resultados encontrados neste trabalho.

CONCLUSÃO

Foi encontrada uma alta prevalência de constipação intestinal nos estudantes de Fisioterapia da Universidade Estadual de Ciências da Saúde de Alagoas, sendo mais predominante no sexo feminino. E visto também que nestes a maioria faz baixa ingestão hídrica, é sedentária e pertencentes aos anos iniciais do curso. Por isso, é muito importante que a universidade elabore e execute estratégias de prevenção e controle da CI.

Faz-se necessário a realização de novas pesquisas com uma população ainda maior de estudantes e de outros cursos, com o intuito de aprofundar os conhecimentos neste tema.

REFERÊNCIAS

- BELO, G. M. S. **Suplementação de fibra solúvel (goma guar parcialmente hidrolisada) no tratamento da constipação intestinal funcional em pacientes hospitalizados**. 2003. 64f. Dissertação (Pós-Graduação) – Centro de Ciências da Saúde – Departamento de Nutrição, Universidade Federal de Pernambuco, Recife, 2003.
- BILLODRE, B. N.; GOMEZ, R.; CALETTI, G. Prevalência e motivação de uso de laxantes entre universitárias do curso de nutrição do Centro Universitário Metodista de Porto Alegre/RS. **Ci. e Mov.**, Distrito Federal, v.15, n. 30, 2013.
- 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. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 26, n. 7, p.1392-1402, 2010.
- CONSTIPAÇÃO: uma perspectiva mundial. [S.l.]: World Gastroenterology Organisation. Nov. 2010. 15 p.
- COTA, R. P.; MIRANDA, L. S. Associação entre constipação intestinal e estilo de vida em estudantes universitários. **Rev. bras. nutr. clín.**, São Paulo, v. 21, n. 4, p. 296-301, 2006.
- CUNHA, G. H; MORAES M. E. A; OLIVEIRA, J. C. Condutas terapêuticas no manejo da constipação crônica. **Rev. Eletr. Pesq. Médica**, Fortaleza, v. 2, n. 4, p.11-17, 2008.
- JAIME, R. P. et.al. Prevalência e fatores de risco da constipação intestinal em universitários de uma instituição Particular de Goiânia GO. **Rev. Inst. Ciênc. Saúde**, São Paulo, v. 27, n. 4, p. 378-383, 2009.
- KAWAGUTI, F.S. et al. Constipação na Gravidez. **Rev. bras. Coloproct.**, Rio de Janeiro, v. 28, n.1, p. 46-49, 2008.
- LESSA, N. M. V; BRAZ, C. R. S. Fatores de risco e prevalência de constipação intestinal em graduandos do curso de nutrição de um centro universitário de minas gerais. **Nutrir Gerais**, Ipatinga, v. 5, n. 8, p. 740-754, 2011. Disponível em: <<http://www.unilestemg.br/nutrirgerais/downloads/artigos/volume7/edicao-13/analise-da-rotulagem-nutricional-de-alimentos-que-compoem-a-cesta-basica.pdf>>. Acesso em: 20 março 2015.
- LUZ, B. S. R. et al. Prevalência e fatores epidemiológicos e clínicos de constipação intestinal em adolescentes, de acordo com os critérios de Roma III. In: CONGRESSO VIRTUAL BRASILEIRO – GESTÃO, EDUCAÇÃO E PROMOÇÃO DA SAÚDE. 1., 2012, Minas Gerais. **Anais...** Minas Gerais: UNIVÁS, 2012.
- OLIVEIRA, A. M. K, **Efeito da massagem do tecido conjuntivo na Constipação Intestinal**. 2007. 78f. Dissertação (Mestrado em Ciências da Saúde) – Universidade de Brasília, Brasília, 2007.
- OLIVEIRA, J. N. et al. Prevalência de constipação em adolescentes matriculados em escolas de São José dos Campos, SP, e em seus pais. **Arq. Gastroenterol.** São Paulo, v. 43, n. 1, p. 50-54, 2006.
- OLIVEIRA, S. C. M. et al. Constipação intestinal em mulheres na pós-menopausa. **Rev Assoc. Med. Bras.**, São Paulo, v. 51, n. 6, p. 334-341, 2005.
- SILVA, D. O. et al. Prevalência e correlação entre constipação intestinal e ansiedade. **Cad. da Esc. de Saúde**, Curitiba, v. 6, p. 70-83, 2012. Disponível em: <http://www.unibrasil.com.br/pdf/nutricao/2011-2/11_tcc.pdf> Acesso em: jan. 2014.
- TRISÓGLIO, C. et al. Prevalência de constipação intestinal entre estudantes de medicina de uma instituição no noroeste paulista. **Rev. bras. Coloproct**, Rio de Janeiro, v. 30, n. 2, p. 203-209, 2010.
- VIEIRA, E. P. et al. Contribuição da manometria ano retal na avaliação da constipação intestinal crônica. **Rev. bras. Coloproct**, Rio de Janeiro, v. 25, n. 4, p. 348-360, 2005.

Submetido em: 30/03/2015

Aceito em: 13/10/2016