

# CONDUTA NUTRICIONAL NA CONSTIPAÇÃO INTESTINAL CRÔNICA (RELATO DE EXPERIÊNCIA)

I Congresso Nacional Online de Nutrição Oncológica, 2ª edição, de 21/06/2021 a 24/06/2021  
ISBN dos Anais: 978-65-89908-16-6

PESSOA; EMANUELA ORLANDIA MUNIZ<sup>1</sup>

## RESUMO

Constipação é a alteração no funcionamento do intestino, onde o paciente evacua menos de três vezes por semana, com alteração no ato de evacuar e na qualidade das fezes, ou seja fezes ressecadas com muita dificuldade para expelir. Este trabalho pretende apresentar a eficácia de uma conduta nutricional aplicada, durante a realização do estágio em nutrição clínica à paciente N.P.S. 55 anos, portadora de HAS, Câncer, Depressão, Ansiedade, com histórico de recorrentes cirurgias e uso frequente de laxantes e/ou supositórios. Durante 3 meses a paciente foi submetida a uma dieta rica em fibras, inclusive com um aumento de consumo de frutas e vegetais, maior ingestão hídrica e atenção no momento de realização das refeições. A cada 15 dias a paciente era reavaliada, para acompanhamento de sua rotina e realizava no consultório, atividades práticas de educação nutricional à fim, de entender a importância de sua adesão do tratamento e atingimento dos objetivos, com foco na melhora de sua saúde intestinal. Ao final do tratamento nutricional, paciente relatou melhora em 70% na frequência de evacuações, inclusive sem fazer uso de laxante e/ou supositório como anteriormente, apenas com a adequação alimentar, melhorou sua saúde intestinal, a qualidade do sono, bem-estar e disposição.

**PALAVRAS-CHAVE:** Constipação, Hábitos Alimentares, Saúde Intestinal

<sup>1</sup> CENTRO UNIVERSITÁRIO MAURÍCIO DE NASSAU, emanuela.omp@gmail.com