



## Aspectos Clínicos e Epidemiológicos da Constipação Intestinal: Uma Revisão Integrativa Da Literatura

*Fernanda Correia do Prado<sup>1</sup>; Juliana Barros Ferreira<sup>2</sup>;  
Karla Cavalcante Silva de Moraes<sup>3</sup>; Rosana Porto Cirqueira.<sup>4</sup>*

**Resumo:** O presente artigo científico objetiva analisar os aspectos clínicos e epidemiológicos da constipação intestinal. De fato, o entendimento adequado dessa doença pode desempenhar um papel fundamental no gerenciamento da doença e no planejamento de melhores tratamentos. Trata-se de uma revisão integrativa, realizada através do levantamento nas bases de dados Biblioteca Virtual de Saúde, Scielo e Pubmed. A busca das publicações sobre o assunto foi realizada por meio dos seguintes descritores: constipação intestinal, epidemiologia e saúde pública no período de 2010 a 2019. A constipação intestinal é uma condição de saúde comum que representa uma proporção substancial de consultas e encaminhamentos para atenção primária à saúde. Conclui-se que a constipação intestinal pode ter um efeito negativo significativo na qualidade de vida relacionada à saúde e tem sido associada a sofrimento psicológico em pacientes gravemente afetados.

**Palavras – Chave:** Constipação Intestinal. Epidemiologia. Saúde Pública.

## Clinical and Epidemiological aspects of Intestinal Constipation: An Integrative Literature Review

**Abstract:** This scientific article aims to analyze the clinical and epidemiological aspects of intestinal constipation. In fact, the proper understanding of this disease can play a fundamental role in managing the disease and planning better treatments. This is an integrative review, carried out by surveying the Virtual Health Library, SciELO and Pubmed databases. The search for publications on the subject was carried out using the following descriptors: intestinal constipation, epidemiology and public health from 2010 to 2019. Intestinal constipation is a common health condition that represents a substantial proportion of consultations and referrals to primary care. the health. It is concluded that constipation can have a significant negative effect on health-related quality of life and has been associated with psychological distress in severely affected patients.

**Keywords:** Intestinal Constipation. Epidemiology. Public Health.

<sup>1</sup> Graduanda em Fisioterapia pela Faculdade Independente do Nordeste (FAINOR). nandacp26@hotmail.com

<sup>2</sup> Professora do Curso de Fisioterapia pela Faculdade Independente do Nordeste (FAINOR). julibarro78@hotmail.com.br

<sup>3</sup> Professora do Curso de Fisioterapia pela Faculdade Independente do Nordeste (FAINOR). karlinhakau@hotmail.com.br

<sup>4</sup> Professora Orientadora pela Faculdade Independente do Nordeste (FAINOR). porto\_rosana@yahoo.com.br

## Introdução

A constipação crônica é a queixa digestiva mais comum na população em geral, com alta prevalência, afetando 16% dos adultos e até 33% daqueles com idade acima de 60 anos, especialmente mulheres. Consequentemente, é uma morbidade que implica um grande número de visitas para atendimento médico, embora na maioria dos casos não exista ameaça à vida nem à debilitação do paciente, mas com uma alteração na sua qualidade de vida (DINIZ et al., 2013).

Nas ideias de Braz et al. (2016), a constipação é um problema gastrointestinal comum, que causa muitos gastos para a comunidade, com uma prevalência estimada de 1% a 80%, em todo o mundo, cuja condição é caracterizada por uma ampla variação geográfica. Vale ressaltar que as variedades de definições levaram a uma ampla gama de prevalências

A definição de constipação mudou nas últimas décadas, com os critérios mais recentes de Roma III definindo-a como menos de três evacuações por semana. Por outro lado, os pacientes estão mais preocupados com a facilidade de passagem e consistência do que com a frequência das fezes (CAETITE et al., 2017).

A constipação é frequentemente um problema negligenciado nos cuidados de saúde pública. Estima-se que quatro a 28% da população em geral estejam constipados e até 50% desenvolvem constipação após um procedimento cirúrgico. Em pacientes com distúrbios complexos, até 70% sofrem de constipação. A constipação é cerca de duas vezes mais comum em mulheres do que em homens (BASTOS et al., 2018).

A constipação é classificada nos tipos primários e secundários. Na constipação primária, pode-se verificar um trânsito intestinal normal, obstrução da saída ou um trânsito colônico lento. Por outro lado, o tipo secundário de constipação é causado por uma doença metabólica ou pode ter uma causa mecânica, farmacológica ou psiquiátrica. Além disso, os principais fatores de risco para constipação já são conhecidos: envelhecimento, sexo feminino, depressão, inatividade, baixa ingestão calórica, baixa renda e baixa escolaridade, abuso físico e sexual e cirurgias anteriores (MUNOZ et al., 2016).

Freqüentemente, o paciente - e mesmo o médico pouco familiarizado com os distúrbios do assoalho pélvico - define e considera a constipação com base na funcionalidade intestinal e na consistência das fezes. Porém, sintomas de defecação incompleta, manobras digitais, desconforto abdominal e esforço não devem ser negligenciados (LOPOES et al., 2015).

A patogênese da constipação intestinal é multifatorial, com foco na predisposição genética, status socioeconômico, baixo consumo de fibras, falta de ingestão adequada de líquidos, falta de mobilidade, *distúrbios no equilíbrio hormonal*, efeitos colaterais de medicamentos ou anatomia do corpo (CARNEIRO et al., 2018).

Nesse sentido, o presente artigo científico objetiva revisar os aspectos clínicos e epidemiológicos da constipação intestinal. De fato, o entendimento adequado dessa doença pode desempenhar um papel fundamental no gerenciamento da doença e no planejamento de melhores tratamentos

## **Métodos**

Trata-se de um estudo de revisão sistemática sem meta-análise, seguindo os critérios de recomendações PRISMA Principais Itens para Relatar Revisões Sistemáticas e Meta-análises). Adotando-se como critérios de inclusão artigos, que possuíssem resumos disponíveis nas bases de dados virtuais BVS, SCIELO e PUBMED, texto completo, acessível, online e gratuito, publicado em português, espanhol ou inglês, no espaço temporal entre janeiro de 2010 e dezembro de 2019. Foram excluídos estudos relacionados a artigos de revisão, bem como dissertações e/ou teses, além de estudos não condizentes com a temática proposta.

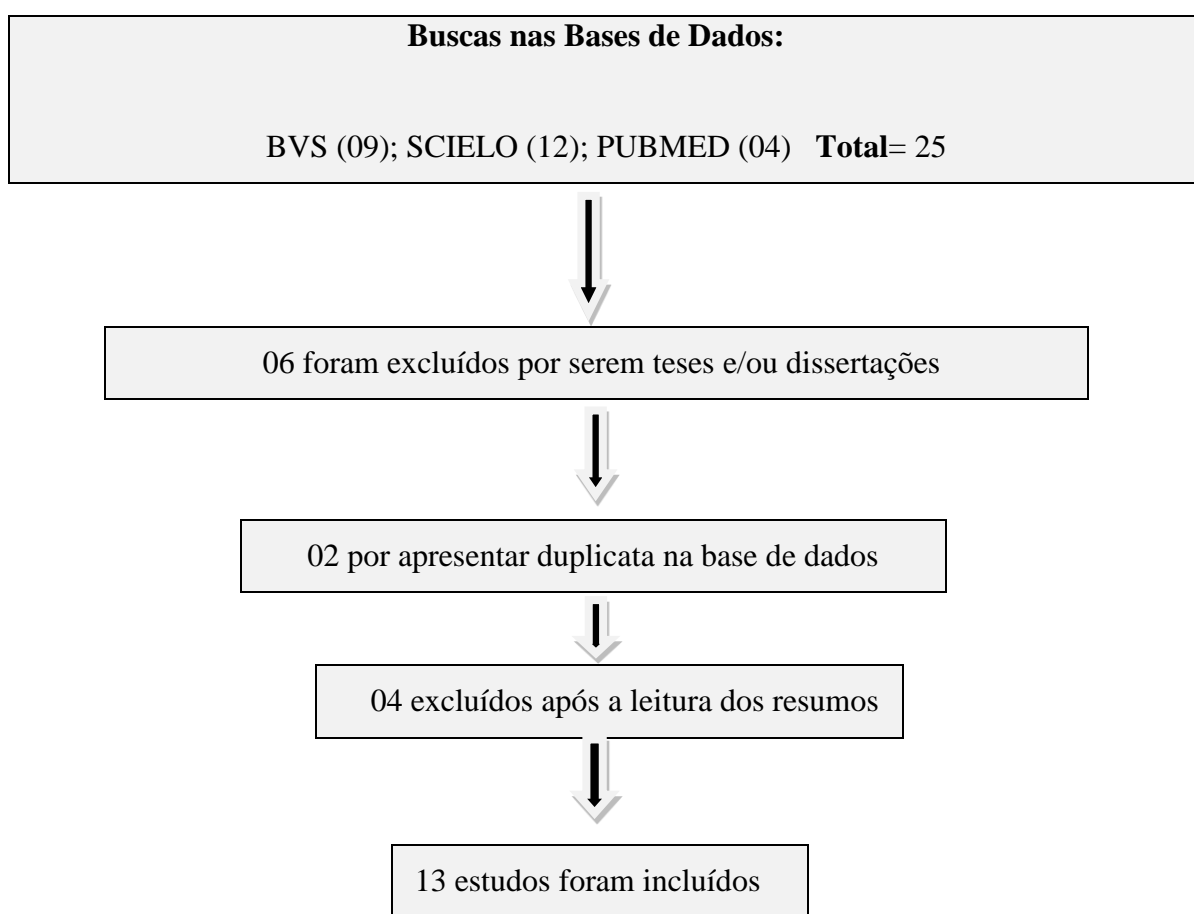
Foram pesquisados artigos de 2010 a 2020 nas bases de dados, BVS, Google acadêmico, Lilacs, Medline e Scielo para a estratégia de busca utilizaram os descritores: constipação intestinal, epidemiologia e saúde pública. As pesquisas foram realizadas com a combinação de todos os descritores e com a combinação de pares, pelo indicador booleano "and", os mesmos descritores foram utilizados para busca em português. Os artigos foram avaliados e selecionados, de forma independente, por três revisores, sendo retiradas as duplicatas. Com base nos títulos e resumos, foram excluídos trabalhos que não tinham relação com o tema da revisão.

A partir dessa pré-seleção, os avaliadores analisaram os textos na íntegra considerando os critérios estabelecidos. Também de forma independente, os três revisores avaliaram a qualidade metodológica dos estudos selecionados através da escala PEDro. Essa escala avalia a seguinte questão: 1) critérios de elegibilidade; 2) distribuição aleatória; 3) distribuição cega; 4) diferença entre os grupos no baseliner; 5) participação cega; 6) intervenção cega; 7) avaliação cega; 8) resultados com mais de 85% da amostra; 9) situação controle; 10) resultados intergrupos; 11) medidas de precisão. O escore da escala varia de 0 a 10 pontos. Equivale a um

ponto cada um dos 11 critérios, se satisfeito, não se pontuando o primeiro item. Os estudos da presente revisão foram considerados de boa qualidade com escore de sete a oito pontos.

Foram selecionados 25 artigos, sendo distribuídos da seguinte forma nas bases de dados: BVS (09); SCIELO (12) e PUBMED (04). Foram excluídos um total de (06) artigos por serem teses e/ou dissertações; (01) excluído por apresentar duplicata na base de dados; (04) excluídos após a leitura do resumos, restando (13) que se adequaram aos critérios estabelecidos para revisão sistemática.

**Figura 1** – Fluxograma das Buscas nas Bases de Dados



Fonte: Dados da pesquisa

## Resultados e Discussões

A amostra final desta revisão foi constituída por treze artigos científicos, selecionados pelos critérios de inclusão previamente estabelecidos. Destes, um foi encontrado na base de dados LILACS e quatro na Medline e oito na SCIELO. O quadro 1 representa as especificações

de cada um dos artigos. Em seguida realizou-se a discussão embasada pela agregação de mais estudos que apresentava a mesma linha de pesquisa, relacionados a temática proposta.

**Quadro 1:** Apresentação dos estudos segundo autor/ano, população do estudo, objetivo, metodologia e desfecho. Vitória da Conquista/BA. 2020.

Autor/ano	População do estudo	Objetivo	Metodologia	Desfecho
BASTOS et al., (2018)	Crianças de zero a doze anos	Conhecer as características da constipação nas crianças atendidas em ambulatório especializado.	Estudo transversal, quantitativo e descritivo	O estudo mostrou que crianças com constipação intestinal de um ambulatório especializado apresentam elevada prevalência de início já no primeiro ano de vida.
BRAZ et al., (2016)	Idosas com constipação intestinal	Analisar a prevalência, sintomas e fatores associados à constipação intestinal em idosas participantes de um programa de promoção à saúde.	Estudo transversal	Observou-se alta prevalência de constipação intestinal, tendo como sintomas mais relatados a sensação de evacuação incompleta e a sensação de obstrução anorretal.
CAETITÉ et al., (2017)	Idosas com constipação intestinal	Avaliar os efeitos da chia sobre a função intestinal, parâmetros antropométricos e hemodinâmicos em idosas.	Estudo transversal	A chia se mostrou uma importante fonte de alimento funcional sendo eficaz nas pacientes que apresentaram constipação.
CARNEIRO et al., (2018)	377 idosos,	Estimar a prevalência de constipação intestinal nos idosos de um município do noroeste do Paraná e identificar os fatores associados.	Estudo descritivo transversal	Conclui-se que a prevalência de constipação intestinal nos idosos é elevada.
CHENG et al., (2011)	Pacientes com constipação intestinal	Avaliar, com um estudo rigidamente projetado, a eficácia e segurança de um medicamento patenteado pela CHM, Hemp Seed Pill (HSP), na dosagem ideal para o tratamento da CI.	Estudo clínico controlado	HSP (7,5 g bid) é seguro e eficaz para aliviar a CI em indivíduos com síndrome excessiva.
COLLETT;ARAÚJO; MADRUGA (2010)	Mulheres com constipação intestinal residentes em Pelotas.	Estimar a prevalência de constipação intestinal e fatores associados entre adultos de 20 anos ou mais.	Estudo transversal de base populacional	Os fatores associados a essa doença foram os mesmos entre homens e mulheres, exceto o nível econômico, que não se mostrou associado entre as mulheres.
DINIZ et al., (2013)	Idosos residentes na zona rural	Analisar os fatores associados à constipação intestinal em idosos residentes na zona rural.	Estudo observacional e longitudinal	Os fatores associados à constipação intestinal foram sexo feminino ( $p < 0,001$ ), ter 80 anos ou mais ( $p=0,035$ ), morar acompanhado ( $p=0,004$ ), não ter renda ( $p=0,033$ ), consumo inadequado de frutas ( $p=0,005$ ) e de legumes e verduras.
EBLING et al., (2014)	900 indivíduos entre 20 e 69 anos de idade	Estabelecer a prevalência de constipação no Condado de Osjeckobaranska, e determinar o efeito de fatores demográficos,	Estudo transversal quantitativo	De acordo com o teste t, as pessoas com constipação são, em média, mais velhas, com IMC médio mais alto e status financeiro com valor médio mais baixo nas famílias e sua saúde.

		antropométricos e socioeconômicos.		
GARCIA; PUERARI; KUMPEL (2016)	Idosos residentes no município de Passo Fundo/RS.	Avaliar o estado nutricional, o consumo de alimentos fontes de fibras e a presença de constipação intestinal crônica funcional em um grupo de idosos do município de Passo Fundo (RS).	Estudo transversal	Conclui-se que o consumo de fibras, observa-se maior prevalência de baixo consumo e um percentual relevante para constipação.
LOPOES et al., (2015)	Indivíduos sedentários e praticantes de atividade física	Analisar os efeitos de farelo alimentar fibroso produzido a partir da linhaça em indivíduos com constipação intestinal.	Caráter laboratorial e experimental com abordagem quantitativa utilizando-se o método da estatística descritiva	Diante dos dados concluímos que o farelo fibroso foi bastante eficaz na melhora da constipação intestinal na maioria dos casos estudados.
MUNOZ et al., (2016)	Estudantes de cursos da área de saúde	Avaliar a prevalência da CI e fatores associados em estudantes de cursos da área de saúde	Estudo observacional e transversal	a prevalência de CI segundo critérios de Roma III foi de 14,5%, sendo menor nos cursos de Educação Física e Nutrição.
SILVA; PINHO (2016)	Indivíduos de ambos os sexos com idade superior a 20 anos	Investigar a prevalência e os fatores associados à constipação intestinal em pacientes atendidos ambulatorialmente.	Estudo de coorte transversal	A prevalência de constipação intestinal foi elevada e associada ao sexo feminino, à obesidade abdominal e ao consumo de carboidratos refinados.
TRISÓGLIO et al., (2010)	Estudantes de medicina	Analisar a prevalência de constipação intestinal entre estudantes de medicina de uma instituição no Noroeste Paulista.	Estudo transversal	A prevalência de CI entre a população estudada foi superior à relatada entre a população geral em diversos estudos.

**Fonte:** Dados da pesquisa, 2020.

A constipação não é uma entidade de doença bem definida, mas um termo geral usado para descrever as dificuldades que um indivíduo experimenta ao mover seus intestinos (TRISÓGLIO et al., 2010). Os profissionais de saúde geralmente definem a constipação como frequência de fezes inferior a 3 evacuações por semana (EBLING et al., 2014). Por outro lado, os pacientes definem constipação como qualquer forma de "defecação difícil", como esforço, fezes duras, sensação de evacuação incompleta e necessidade improdutiva. Comparados aos pacientes mais jovens, os idosos relatam esforços mais frequentes, autodigitação e sentimentos de bloqueio anal (MUNOZ et al., 2016).

A variabilidade entre os estudos sobre a prevalência de constipação se deve a vários fatores, incluindo a idade da população investigada, a definição de constipação usada e “quem a propõe” (isto é, relatado pelo paciente ou por um profissional de saúde), bem como o contexto em que os estudos são realizados (ou seja, pessoas da comunidade ou paciente hospitalizado) (DINIZ et al., 2013).

Além disso, quando a prevalência de constipação autorreferida foi investigada em uma pesquisa por Carneiro et al. (2018) com 209 idosos da comunidade, 30% dos homens e 29% das mulheres se descreveram como constipados pelo menos uma vez por mês. O principal sintoma usado para definir a constipação foi ter que se esforçar para defecar.

O número de doenças crônicas e o número de medicamentos são significativamente relacionados à constipação. Além disso, a fragilidade em idosos é muito comum e está associada a imobilidade, baixa ingestão de alimentos e desidratação (COLLETE; ARAÚJO; MADRUGA, 2010).

Ao definir a constipação com base no número de evacuações semanais, sua prevalência diminui para valores de 10% ou menos usando um ponto de corte de mais de 2 evacuações ou menos por semana. Curiosamente, entre as pessoas que relatam constipação, apenas 10% têm menos de dois movimentos intestinais por semana, enquanto quase metade deles faz movimentos intestinais diários (BRAZ et al., 2016).

Há evidências limitadas de que as mudanças no estilo de vida resolvem a constipação, mas é universalmente aceito como uma abordagem de primeira linha. Estudos que avaliaram o efeito da atividade física na constipação em idosos não foram capazes de mostrar uma melhora nos movimentos intestinais; no entanto, o exercício demonstrou melhorar a qualidade de vida dessa população (CAETITÉ et al., 2017).

A baixa ingestão de líquidos tem sido associada à constipação em residentes de asilos, mas não houve associação em indivíduos idosos de uma variedade de contextos. O aumento da ingestão de líquidos pode ser recomendado para pacientes com baixa ingestão ou que estejam tomando agentes de formação de massa, desde que não haja restrições de líquidos (por exemplo, insuficiência cardíaca ou renal); no entanto, há pouca orientação sobre a quantidade de fluido que deve ser consumida. Sucos de maçã, pêra e ameixa contêm sorbitol e podem ajudar no laxamento (CHENG et al., 2011).

As fibras solúveis (por exemplo, psyllium) têm melhores evidências do que as fibras insolúveis (por exemplo, farelo) e são preferidas no tratamento da constipação intestinal. A fibra deve ser titulada gradualmente (por exemplo, aumentada em 5 g por semana) para minimizar os efeitos colaterais gastrointestinais (por exemplo, flatulência, inchaço) até 20 a 30 g por dia (LOPOES et al., 2015).

Pacientes com constipação de trânsito lento confirmada ou dissinergia do assoalho pélvico respondem mal a uma dieta rica em fibras e suplementos de fibras. Um estudo cruzado randomizado comparou 50 g de ameixas secas duas vezes ao dia (aproximadamente 12 ameixas

secas, o que equivale a 6 g de fibra por dia e 14,7 g de sorbitol por dia) a 11 g ou 1 colher de sopa de psyllium duas vezes ao dia (6 g de fibra por dia) durante 8 semanas (n = 40, idade média de 38 anos) (GARCIA; PUERARI; KUMPEL, 2016). As ameixas secas resultaram em 1 evacuação extra por semana e melhor consistência das fezes, mas não houve diferença no esforço entre os braços de tratamento, embora ambos os grupos tenham melhorado em comparação com a linha de base (CARNEIRO et al., 2018).

É geralmente assumido que a constipação afeta desfavoravelmente a qualidade de vida dos pacientes. A constipação é frequentemente associada a outros sintomas que influenciam negativamente a vida diária. Além disso, a constipação é um fator importante nos custos de assistência médica, uma vez que está classificada entre os 5 principais diagnósticos médicos mais comuns para consultas ambulatoriais gastrointestinais (BASTOS et al., 2018).

### **Considerações Finais**

Do estudo realizado, conclui-se que, o objetivo proposto na introdução foi alcançado com êxito, visto que a revisão sistemática aqui realizada permitiu evidenciar os aspectos clínicos e epidemiológicos da constipação intestinal.

Embora diferentes mecanismos fisiopatológicos tenham sido implicados no desenvolvimento da CI, em alguns casos, as causas da constipação crônica não são facilmente determinadas. As despesas para avaliação e manejo da constipação crônica representam uma carga significativa para o sistema público de saúde.

Por fim, sugere-se novos estudos, que sejam transversais ou longitudinais, com coleta de dados em seres humanos e com uma amostra adequada, na tentativa de melhor compreender sobre os fatores que envolvem a constipação intestinal.

### **Referências**

BASTOS, M; et al. Características da constipação funcional em crianças de zero a doze anos atendidas em um ambulatório de gastroenterologia pediátrica. *Rev. epidemiol. controle infecç, vol.8, n.4, pp. 415-421, out.-dez. 2018.*

BRAZ, T; et al. A constipação intestinal em idosas participantes de um programa de promoção à saúde, em Santa Maria (RS): sua prevalência, sintomas e fatores psicossociais associados. *Rev. Kairós. vol.18, n.3, pp. 381-395, 2016.*



CAETITÉ, R; et al. Efeito da chia sobre a função intestinal, parâmetros antropométricos e hemodinâmicos em idosas. *Mundo saúde*. vol. 41, n.3, pp. 315-322, 2017.

CARNEIRO, F; et al. Constipação intestinal em idosos e sua associação com fatores físicos, nutricionais e cognitivos. *Aletheia* v.51, n.1-2, p.117-130, jan/dez. 2018,

CHENG, C. W.; et al. Efficacy of a Chinese Herbal Proprietary Medicine (Hemp Seed Pill) for Functional Constipation. *The American Journal of Gastroenterology*, v. 106, n. 1, p. 120-129, 2011.

COLLETE, V. L.; ARAUJO, C. L.; MADRUGA, S. W. Prevalência e fatores associados à constipação intestinal: um estudo de base populacional em Pelotas, Rio Grande do Sul. *Cad. Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 26, n. 7, jul. 2010.

DINIZ, H; et al. Fatores associados à constipação intestinal em idosos residentes na zona rural. *Rev. eletrônica enferm*; vol.15,n.4, pp.948-955,2013.

EBLING, B.; et al. Demographic, anthropometric and socioeconomic characteristics of functional constipation in Eastern Croatia. *Coll Antropol.*, v. 38, n. 2, p. 539-546, 2014.

GARCIA, B. F.; PUERARI, G.; KÜMPEL, D. A. Consumo de fibras e constipação crônica funcional em idosos. *Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano*, Passo Fundo, v. 13, n. 3, p. 323-333, set./dez. 2016.

LOPOES, F. S.; et al. Efeitos do farelo alimentar fibroso produzido a partir da linhaça em indivíduos com constipação intestinal. *Rev Verde*, Pombal, v. 10, n. 1, p. 213-217, jan./mar., 2015.

MUNOZ, E; et al. Constipação intestinal e fatores associados em estudantes universitários da área de saúde. *Rev. Salusvita*; vol.35, n.3, pp. 351-366, 2016.

SILVA, M.R; PINHO, E. Constipação Intestinal: Prevalência e fatores associados em pacientes atendidos ambulatorialmente em hospital do Nordeste brasileiro. *Nutr. clín. diet. hosp*; vol.36, n.1, pp. 75-84, 2016.

TRISÓGLIO, C.; et al. Prevalência de Constipação Intestinal entre Estudantes de Medicina de uma Instituição no Noroeste Paulista. *Rev bras. colo-proctol.*, Rio de Janeiro, v. 30, n. 2, p. 203-209, 2010.



#### **Como citar este artigo (Formato ABNT):**

PRADO, Fernanda Correia do; FERREIRA, Juliana Barros; MORAIS, Karla Cavalcante Silva de; CIRQUEIRA, Rosana Porto. Aspectos Clínicos e Epidemiológicos da Constipação Intestinal: Uma Revisão Integrativa Da Literatura. **Id on Line Rev.Mult. Psic.**, Julho/2020, vol.14, n.51, p. 318-326. ISSN: 1981-1179.

Recebido: 12/06/2020;

Aceito: 16/06/2020.