

ENVELHECIMENTO E CONSTIPAÇÃO INTESTINAL: PERCEPÇÃO DE SAÚDE E NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA EM UM MUNICÍPIO DO NOROESTE DO PARANÁ

Natália Quevedo dos Santos¹; Ayanne Rodrigues Cambiriba²; Mateus Dias Antunes³; Sonia Maria Marques Gomes Bertolini⁴

1. Graduação em Fisioterapia UNICESUMAR – Centro Universitário de Maringá, Programa de Bolsas PIBIC/UniCesumar, Mestranda em Promoção da Saúde UNICESUMAR, bolsista da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior – CAPES.
2. Graduação em Fisioterapia UNICESUMAR, Programa de Bolsas PIBIC/UniCesumar, Mestranda em Promoção da Saúde UNICESUMAR.
3. Graduado em Fisioterapia, Especialista em Exercício Físico e Reabilitação do Idoso, Mestre em Promoção da Saúde pela UNICESUMAR.
4. Orientadora, Doutora em Morfologia Humana, Professora do Mestrado em Promoção da Saúde da UNICESUMAR e Pesquisadora do Instituto Cesumar de Ciência, Tecnologia e Inovação – ICETI.

Resumo

Com o passar dos anos o organismo humano sofre alterações nos órgãos e sistemas que inclui o trato gastrointestinal com comprometimentos físicos e funcionais. Este estudo teve como objetivo verificar a associação da presença de constipação intestinal com a percepção de saúde e a prática de atividade física em idosos do município de Maringá – Paraná. O estudo caracterizou-se como transversal e observacional com a participação de 377 idosos em Unidades Básicas de Saúde. Utilizou-se um formulário com informações sobre o perfil sociodemográfico dos participantes e sua Percepção de Saúde. Foi realizada uma avaliação cognitiva, avaliação da contenção fecal e utilizou-se ainda um Questionário Internacional de Atividade Física. Os resultados revelaram que ter percepção de saúde regular (OR=5,36) ou ruim (OR=13,19) ou ser sedentário (OR=0,05) aumentam as chances de apresentar constipação intestinal. Conclui-se que nos idosos mais ativos as chances do desenvolvimento de CI são menores e que existe associação entre a percepção de saúde e a prevalência de CI nessa população.

Autorização legal: O projeto foi submetido ao Comitê de Ética de Pesquisa- CEP envolvendo seres humanos do Centro Universitário de Maringá, e aprovado segundo parecer nº 1.763.558.

Palavras-chave: idosos; promoção da saúde; qualidade de vida.

Apoio financeiro: PIBIC/Unicesumar.

Trabalho selecionado para a JNIC: Unicesumar.

Introdução

O envelhecimento populacional vem sendo tema de estudo de diferentes áreas do conhecimento. Compreende-se que houve aumento da expectativa de vida, somando-se um grande número de idosos na população brasileira. Todavia este cenário permite a proposição de ações de promoção da saúde e qualidade de vida na terceira idade (SATUF; BERNARDO, 2015).

Caracterizada por manifestações variadas sobre as funções colônicas e anorretais (ZASLACSKY; GUERRA, 2016), a constipação intestinal ocasiona um declínio no peristaltismo, tônus intestinal e o controle esfinteriano do esôfago e intestino (CATÃO; XAVIER; PINTO, 2011), retardando a passagem do bolo fecal pelo trato intestinal para sua eliminação (GARCIA et al., 2016). Sintomas adicionais como dor abdominal e/ou inchaço e desconforto, podendo somar algumas complicações particularmente hemorroidas, fissuras anais, incontínência fecal transbordante e incapacitação fecal necessitando hospitalização (DORE, Maria Pina et al., 2018).

Existe um impacto socioeconômico referente à constipação para o serviço de saúde, sendo mais de 2,5 milhões de consultas médicas anualmente nos Estados Unidos (SANT'ANNA, 2016).

A auto avaliação de saúde do idoso tem sido um sugestivo para indicar o declínio da autonomia funcional, inaptidão e doenças crônicas, onde a resposta caracteriza-se como indicador da qualidade da saúde física e mental (MANTOVANI et al., 2015), sendo ainda de grande utilidade para criação de políticas de saúde e assim melhorando a qualidade de vida da população idosa (CONFORTIN et al., 2015).

A prática de atividade física promove inúmeros benefícios à saúde e desempenha um papel importante sobre os sistemas, incluindo o gastrointestinal, pois melhora no tônus muscular pélvico e abdominal, permitindo movimentos no intestino grosso (GARCIA et al., 2016).

Considerando alterações fisiológicas do processo do envelhecimento no trato gastrointestinal com destaque a constipação intestinal julgou-se necessária a realização de um levantamento a respeito da quantidade de mulheres atingidas por essa disfunção, sendo necessária futuras implementações, ações e estratégias para idosos com esta disfunção.

Diante do exposto, este estudo teve como objetivo verificar a associação da presença de constipação intestinal com a percepção de saúde e a prática de atividade física em idosos do município de Maringá – Paraná.

Metodologia

O presente estudo caracteriza-se como quantitativo, do tipo transversal, com 377 idosos, com idade acima de 60 anos, cadastrados em 28 Unidades Básicas de Saúde da cidade de Maringá – PR. Os dados foram coletados no período de novembro a dezembro de 2017. Como critérios de exclusão foram considerados antecedentes de doenças neurológicas, endócrinas e motoras, diabetes, os que não deambulavam e apresentavam comprometimento cognitivo pelo Mini-Exame do Estado Mental (MEEM)

O projeto foi submetido ao Comitê de Ética de Pesquisa- CEP envolvendo seres humanos do Centro Universitário de Maringá, e aprovado conforme parecer nº 1.763.558.

Inicialmente foi utilizada uma ficha de avaliação para obtenção perfil sócio demográfico e a Percepção de Saúde como excelente, muito boa, boa, regular, ruim e muito ruim. O MEEM foi elaborado por Folstein et al., (1975) com adaptação no Brasil, com o objetivo de avaliar vulnerabilidade nas funções cognitivas. Nele a pontuação do instrumento varia de zero (menos cognição) para 30 pontos (mais cognição) (REIS et al., 2015).

Para identificação da presença de constipação intestinal foi aplicado o Protocolo de Roma III, composto por 6 critérios, sendo eles: fezes fragmentada ou endurecidas, esforço ao evacuar, sensação de evacuação incompleta, sensação de bloqueio ou obstrução anorretal, manobras manuais para facilitar as evacuações e menos de três evacuações por semana. A confirmação de dois ou mais é indicativo de constipação intestinal (MUNCH et al., 2016).

O nível de atividade física avaliado por meio do International Physical Activity Questionnaire – IPAQ (IPAQ), na forma curta, adaptado por Matsudo et al.(2011). O questionário avaliou a frequência, em dias, e a duração, em minutos das atividades realizadas como lazer, atividades ocupacionais, de locomoção e domésticas durante a semana, classificando o nível de atividade física dos idosos em muito ativo, ativo, irregularmente ativo e sedentário. Questionários aplicados em forma de entrevista.

Os dados foram analisados por meio de estatística descritiva (média, desvio padrão, frequência absoluta e relativa, gráficos e tabelas). Para análise dos resultados foi aplicado o teste de correlação de Pearson com nível de significância de $(1 - \alpha)$ de 95%, um erro (E) de 0,05, $p = 0,40$ e $N=52808$ idosos cadastrados nas unidades básicas de saúde (UBS) de Maringá - PR. Para efeito de seleção da amostra, cada uma das 28 UBS's foi considerada um estrato.

Resultados e Discussão

Foram entrevistados 377 idosos, sendo que a maioria era do sexo feminino (69,50%), informou estado civil casado (57,82%), etnia branca (77,98%), aposentado como profissão (69,50%), recebia entre 1 e 2 salários mínimos (87,53%), e tinha entre 60 e 65 anos (33,42%). Conforme observado neste estudo, o predomínio de casos de CI foi encontrado em mulheres, que coincide com a literatura sobre essa patologia (ROQUE; BOURAS, 2015; KLAUS et al., 2015). O enfraquecimento da musculatura perineal é a disfunção que mais acometem as mulheres idosas, o que pode alterar o mecanismo da defecação e apresentando maior ocorrências de CI no sexo feminino.

Embora o maior percentual de idosos com constipação tenha sido encontrado na faixa etária entre 60 e 69 anos, não houve diferença estatisticamente significativa quando comparada a referida faixa etária com os demais intervalos de idade, confirmando os achados dos estudos de Klaus et al. (2015).

Com a utilização dos critérios de Roma III, 23% dos idosos apresentaram constipação intestinal, sendo que, 19% eram mulheres. Os idosos frequentadores de um Centro de Convivência, onde eram desenvolvidas atividades culturais, físicas e recreativas foram avaliados por Nesello et al. (2011) que também encontraram prevalência expressiva de CI (28,8%). Foram verificadas altas taxas de CI por Klaus et al (2015) em idosos residentes em instituições de longa permanência (42,52%) no Vale do Taquari, região central do Rio grande do Sul. Já na Noruega, em instituições de longa permanência a prevalência de CI é análoga a presente pesquisa (23,4%) (BLEKKEN et al, 2016).

Em geral, a auto percepção de saúde entre os idosos com CI foi classificada como boa e regular, sendo que o maior percentual de ocorrências de CI foi encontrada nos idosos com a percepção de saúde regular (12%). Borges et al. (2014), apontam que 47,81% dos 274 idosos em seu estudo consideraram suas condições de saúde boa e 34,67% regular, o que vai de encontro com os resultados deste estudo que foi, respectivamente, 43% e 37% dos entrevistados. Ressalta-se que mesmo com esses índices a prevalência de CI encontrada é relevante em função das sérias consequências na dimensão física e social, visto como a

constipação intestinal compromete a qualidade de vida dos idosos e muitas vezes está associada a demais sintomas, que colaboram negativamente para as atividades da vida diária (GIORGIO et al., 2015).

Nota-se que entre os idosos classificados com CI, 12% foram classificados como ativo e 10% irregularmente ativo, indicando que idosos inativos tem mais chance de apresentarem CI (OR=0,05). Também há outros fatores agravadores associados a constipação sendo a Inatividade física, hábito alimentar, ingestão hídrica e polifarmácia (KLAUS et al, 2015). Foi observado também que os idosos que faziam uso de algum dos fármacos citados na pesquisa possuem chances maiores de apresentarem CI. Dentre os 136 idosos entrevistados no estudo de Pich et al. (2013), 20,59% possuíam constipação intestinal. Ao estimar-se o uso de medicamentos que podem interferir no trânsito intestinal, 75,74% do total dos entrevistados utilizavam algum medicamento. Observou-se que quanto mais baixo o nível de escolaridade mais favorece o aumento da prevalência, o que pode ter levado a associação da CI e os menores escores encontrado no MEEM.

No que se refere aos fatores comportamentais, dados populacionais apoiam a hipótese de que indivíduos que praticam mais atividade física teriam menos chances de apresentarem constipação intestinal (DUKAS et al, 2003), à quantidade de atividade física exercida pelo indivíduo melhora a motilidade gastrointestinal, com mudanças proporcionais.

Como limitação do presente estudo pode ser apontado, a timidez que alguns idosos tinham em responder os questionários, principalmente aqueles do sexo masculino, o que pode ter subestimada a estimativa de prevalência de Constipação intestinal nesta população.

Conclusões

Conclui-se que os idosos sedentários apresentam mais chances de ter constipação intestinal, quando comparados aos idosos muito ativos, bem como, que existe associação entre a percepção de saúde e a prevalência de Constipação intestinal nessa população.

Referências bibliográficas

BORGES, Aline Morás et al. Autopercepção de saúde em idosos residentes em um município do interior do Rio Grande do Sul. **Revista Brasileira Geriatria e Gerontologia**, v. 17, n. 1. p. 79-86, 2014.

BLEKKEN, Lene Elisabeth et al. Feasibility, acceptability, and adherence of two educational programs for care staff concerning nursing home patients' fecal incontinence: a pilot study preceding a cluster-randomized controlled trial. **Implementation Science**, v. 10, n. 72, p. 01-13, 2015.

CATÃO, Maria Helena Chaves de Vaconcelos; XAVIER, Alidiane Fábica Cabral; PINTO, Tássia Cristina de Almeida. O impacto das alterações do sistema estomatognático na nutrição do idoso. **Revista de Atenção à Saúde**, v. 9, n. 29, p. 73-78, 2011.

CONFORTIN, Susana Cararo et al. Autopercepção positiva de saúde em idosos: estudo populacional no Sul do Brasil **Caderno Saúde Pública**, v. 31, n. 5, p. 1049-1060, 2015.

DORE, Maria Pina et al. Constipation in the elderly from Northern Sardinia is positively associated with depression, malnutrition and female gender. **Scandinavian journal of gastroenterology**, p. 1-6, 2018.

DUKAS, L.; WILLETT, W.C; GIOVANNUCCI, E.L. Association between physical activity, fiber intake, and other lifestyle variables and constipation in a study of women. **Am J Gastroenterol**, v.98, p.1790-6, 2003.

FOLSTEIN, Marshal F.; FOLSTEIN, Susan E.; MCHUGH, Paul R. "Mini-mental state": a practical method for grading the cognitive state of patients for the clinician. **Journal of Psychiatric Research**, v. 12, n. 3, p. 189-198, 1975.

GARCIA, Lillian Bolanheis et al. Constipação Intestinal: Aspectos Epidemiológicos e Clínicos. **Saúde e Pesquisa**, v. 9, n. 1, p. 153-162, 2016.

GIORGIO, Roberto De et al. Chronic constipation in the elderly: a primer for the gastroenterologist. **BMC Gastroenterology**, v.15, n.130, p.01-13, 2015.

KLAUS, Joice Herrmann et al. The prevalence of and factors associated with constipation in elderly residents of long stay institutions. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v.18, n.4, p.835-843, 2015.

MANTOVANI, Efigênia Passarelli et al. Autoavaliação negativa de saúde em idosos de cidades com diferentes níveis de bem-estar econômico: dados do Estudo FIBRA. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 20, n. 12, p. 3653-3668, 2015.

MATSUDO, sandra mahecha et al. questionário internacional de atividade física (ipaq): estudo de validade e reprodutibilidade no brasil. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, v.6, n.2, p.5-18, 2011.

MUNCH, Lene et al. Living with constipation*older people's experiences and strategies with constipation before and during hospitalization. **International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being**, v.11, p. 01-08, 2016.

NESELLO, L.A.N; TONELLI, F.O.; BELTRAME, T.B. Constipação intestinal em idosos frequentadores de um Centro de Convivência no município de Itajaí. **Ceres NutrSaúde**, v.6, n.3, p.:151-62, 2011.

REIS, Luciana Araújo, et al. Deficit cognitivo como fator de risco para a limitação de atividades cotidianas em idosos institucionalizados. **Revista de Psicologia**, 2015, 2.1.

PICH, Patricia Cristina; VIEIRA, Daniele Gonçalves; CORTESE, Rayza Dal Molin; GÓES, Vanessa Fernanda. Avaliação do trânsito intestinal em relação ao estilo de vida em idosos de um clube de terceira idade. [UNOPAR Cient., Ciênc. biol. saude](#), v.15, n.3, p. 207-13, 2013.

ROQUE, Maria Vazquez; BOURAS, Ernest P. Epidemiology and management of chronic constipation in elderly patients. **Clinical Interventions in Aging**, v.10, p.919-930, 2015.

SATUF, Cibele Ventura Vieira; BERNARDO, Natália Sofia Capela Oliveira. Percepção do Suporte Social em idosos institucionalizados e não institucionalizados. **Mudanças - Psicologia da Saúde**, v. 23,n. 1, p. 11-19, 2015.

ZASLAVSKY, Carlos; GUERRA, Tatiana Caon. Escala Bristol de forma fecal no diagnóstico clínico da constipação na infância, Porto Alegre, Brasil. **Revista da AMRIGS**, v. 60, n. 2, p. 129-33, 2016.