



Universidade de São Paulo

Biblioteca Digital da Produção Intelectual - BDPI

Hospital de Reabilitação de Anomalias Craniofaciais - HRAC

Comunicações em Eventos - HRAC

2013-08

Elaboração de manual sobre fibras alimentares e constipação intestinal

Curso de Anomalias Congênitas Labiopalatinas, 46, 2013, Bauru.

<http://www.producao.usp.br/handle/BDPI/43712>

Downloaded from: Biblioteca Digital da Produção Intelectual - BDPI, Universidade de São Paulo

ELABORAÇÃO DE MANUAL SOBRE FIBRAS ALIMENTARES E CONSTIPAÇÃO INTESTINAL

Costa SMB, Medeiros LH, Zugaib JCDM, Souza LS, Peres GPBA, Betting ET, Barros SP
Departamento de Nutrição

Objetivo: elaborar um manual com alimentos fonte de fibras para ser usado na composição da dieta líquida homogênea dos pacientes em pós-operatório no HRAC, de todas as idades, para reduzir ou prevenir a constipação intestinal. **Métodos:** o manual contém temática que esclarece sobre a importância das fibras alimentares, classificação, fontes, quantidades de uso, interação com outros nutrientes, forma de preparo, solubilidade, funções e problemas causados pelo excesso de ingestão. Consta também de uma lista de alimentos com quantidades de fibras presentes por 100gramas de cada alimento. Tais dados foram retirados da Tabela Brasileira de composição de Alimentos da UNICAMP e da Tabela Brasileira de Composição de Alimentos da USP. O manual foi elaborado pelas alunas do programa de Aprimoramento Profissional Fundap e será distribuído gratuitamente para todos os pacientes em pós-operatórios submetidos à dieta líquida homogênea. Além disto, o manual será disponibilizado nos sites www.centrinho.usp.br/manual e www.redeprofis.com.br para consulta e cópias gratuitas. A arte e as ilustrações do manual foram feitas por aluno do Curso de Publicidade e Propaganda da USC. **Resultados:** O uso das fibras será orientado de forma preventiva para os pacientes que não apresentam constipação intestinal e de forma corretiva para os já constipados. **Conclusões:** A constipação intestinal é um problema de saúde pública no Brasil, principalmente entre as mulheres e tem seu quadro agravado quando estes indivíduos são submetidos a dietas líquidas e homogêneas, aonde os alimentos são liquidificados e coados e os resíduos (fibras) desprezados. Sendo assim, a composição desta dieta tem que ser enriquecida com fibras alimentares para prevenir ou corrigir a constipação intestinal.