

RESUMO - ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO: NUTRIÇÃO CLÍNICA

**INFLUÊNCIA DO CONSUMO DE ALIMENTOS IN NATURA E
ULTRAPROCESSADOS NA CLASSIFICAÇÃO DAS FEZES EM ADULTOS E
IDOSOS USUÁRIOS DE POLIFARMÁCIA**

Diovana Raspante (diovana.souza@aluno.ufop.edu.br)

Hana Gabriela Severino Araujo (hana.araujo@aluno.ufop.edu.br)

Flávia Da Silva Machado (flavia.sm@aluno.ufop.edu.br)

Simone Gonzaga Do Carmo (simone.carmo@ufop.edu.br)

Silvia Fernandes Maurício (silvia.mauricio@ufop.edu.br)

Mariana De Melo Cazal (mariana.cazal@ufff.br)

Aline Silva De Aguiar (alineaguiar@id.uff.br)

Mayla Cardoso Fernandes Toffolo (mayla.toffolo@ufop.edu.br)

INTRODUÇÃO: A alimentação desempenha um papel fundamental na saúde intestinal, influenciando a consistência e a regularidade das fezes. Enquanto o consumo de alimentos in natura está associado a um melhor funcionamento intestinal, a ingestão de ultraprocessados pode contribuir para alterações como constipação ou diarreia.

OBJETIVO: Avaliar a associação entre a frequência de consumo de alimentos in natura e ultraprocessados e a classificação das fezes de adultos e idosos usuários de polifarmácia.

MÉTODOS: Trata-se de uma pesquisa descritiva e transversal, conduzida por meio de um questionário eletrônico via Google Forms® realizada com adultos e idosos usuários de polifarmácia. O questionário foi aplicado em dois momentos, fevereiro a outubro de 2021 e setembro de 2022 a setembro de 2023. A classificação do consumo alimentar foi baseada na metodologia da pesquisa Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico e a classificação das fezes foi baseada na Escala de Bristol validada para a população brasileira. A análise foi realizada no software Stata®, utilizando o teste exato de Fisher para avaliar associações entre as variáveis. O estudo foi aprovado pelo comitê de ética sob o parecer CAAE: 45608021.0.0000.5105.

RESULTADOS: A amostra foi composta por 167 indivíduos, majoritariamente do sexo feminino (76,65%). A média de idade foi de 54,4±16,4 anos, com peso médio de 76,0±18,2 kg (43–136 kg) e IMC médio de 28,3±5,5 kg/m². Quanto às características das fezes, a maioria apresentou padrão normal (64,67%), enquanto (17,37%) foram classificadas como constipadas e (17,96%) como diarreicas. Ao associar o consumo de frutas e hortaliças ao tipo de fezes, observou-se uma associação significativa ($p = 0,038$), sendo que a maioria dos participantes com fezes normais relatou maior ingestão de frutas e hortaliças. O consumo de enlatados e embutidos também apresentou associação significativa com a categoria das fezes ($p = 0,019$). No entanto, diferentemente do consumo de frutas e hortaliças, observou-se que a maior frequência de consumo desses alimentos esteve mais associada a fezes diarreicas.

CONCLUSÃO: O maior consumo de alimentos in natura foi significativamente associado a fezes normais, enquanto o consumo de ultraprocessados esteve relacionado a uma maior ocorrência de fezes diarreicas.

Palavras-chave: alimentos processados; polimedicação; fibras na dieta; fezes.