

RESUMO - NUTRIÇÃO - PRESENCIAL E SEMI

**PANORAMA DOS SINTOMAS GASTROINTESTINAIS E HÁBITOS
INTESTINAIS EM ADULTOS DA BAIXADA FLUMINENSE**

Vilma Santos Máximo Ribeiro (vilmamaximor@gmail.com)

André Manoel Correia Dos Santos (andremcorreia@gmail.com)

Introdução: Os sintomas gastrointestinais, como flatulência, constipação e diarreia, são frequentes em adultos e podem comprometer a qualidade de vida. A caracterização do hábito intestinal, por meio da Escala de Bristol, e a avaliação da intensidade dos sintomas, pela Escala Gastrointestinal Symptom Rating Scale (GSRS), são ferramentas importantes em pesquisas populacionais. A Baixada Fluminense, região de grande diversidade social e econômica, carece de estudos que descrevam o perfil intestinal de seus residentes. **Objetivo:** Descrever o panorama dos sintomas gastrointestinais e dos hábitos intestinais em adultos residentes da Baixada Fluminense. **Material e Métodos:** Trata-se de um estudo observacional, transversal, quantitativo e descritivo, realizado entre fevereiro e setembro de 2025, com adultos de 18 a 60 anos recrutados por conveniência. Foram excluídos indivíduos com doenças gastrointestinais diagnosticadas ou em uso de antibióticos, probióticos ou dietas restritivas. A coleta de dados ocorreu por questionário online contendo informações sociodemográficas, frequência alimentar, GSRS e Escala de

Bristol. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CAAE: 84504424.2.0000.8044; parecer: 7.261.121). Resultados: Foram avaliados 103 adultos residentes da Baixada Fluminense, com predominância de moradores de Nova Iguaçu (71,8%). A maioria encontrava-se na faixa etária de 20 a 29 anos (49,5%), seguida por 40 a 49 anos (18,4%), com prevalência do sexo feminino (76,7%). Em termos de escolaridade, destacou-se o ensino superior incompleto (37,9%), enquanto a renda familiar concentrou-se entre 1 e 2 salários mínimos (50,5%). Quanto à ocupação, prevaleceram empregados (34,0%), estudantes (30,1%) e autônomos (22,3%). No estado nutricional, entre os 97 adultos avaliados, observou-se eutrofia em 24,7%, sobrepeso em 32,0% e obesidade em diferentes graus (22,7% grau I, 11,3% grau II e 6,2% grau III), além de 3,1% classificados com magreza. Entre os idosos (n=6), todos apresentaram excesso de peso. Quanto aos sintomas gastrointestinais, a maioria apresentou intensidade leve (<3), destacando-se flatulência (média 3,52 – moderada), arroto (2,65 – leve a moderado), sensação de evacuação incompleta (2,36 – leve) e ruídos abdominais (2,34 – leve). Sintomas como refluxo ácido (1,86), náusea (1,70) e azia (2,01) foram referidos em níveis muito leves. Na análise do hábito intestinal pela Escala de Bristol, prevaleceram os tipos 3 (35,9%) e 4 (35,0%), totalizando 73,0% de evacuações normais. Contudo, 15,6% apresentaram fezes compatíveis com constipação (tipos 1 e 2) e 13,6% relataram evacuações amolecidas ou diarreicas (tipos 5 a 7). Conclusão: Esses resultados evidenciam um cenário heterogêneo: de um lado, a predominância de evacuações normais e sintomas leves; de outro, a elevada proporção de excesso de peso, constipação e fezes amolecidas. Tais achados reforçam a importância de considerar determinantes nutricionais e sociais na compreensão da saúde intestinal da população da Baixada Fluminense.

Palavras-chave: sintomas gastrointestinais; hábitos intestinais; estado nutricional; saúde pública.