Constipação Intestinal

Autor(res)

Alessandra De Cássia Lovato
Isabelle Louise Soares

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE BELO HORIZONTE - UNIDADE TIMBIRAS

Resumo

Este trabalho visa descrever sobre a constipação intestinal, mais conhecida como prisão do ventre, que é um distúrbio gastrointestinal causada pela dificuldade ou a rara eliminação de fezes. A forte tendência de consumo de alimentos industrializados pode agravar ou prejudicar o consumo diário de fibras. Os alimentos industrializados são, em sua grande maioria, processados. O processamento acaba retirando alguns nutrientes do alimento, sendo as fibras, um deles. As fibras auxiliam na formação do bolo fecal e, em parceria com a quantidade de água ingerida e a atividade física, são responsáveis por estimular a atividade muscular intestinal.