Diarreia e constipação

Autor(res)

Gloria Maria Guizellini
Geovana De Lima Chaves
Jakeline Santana Pinto
Paula Saraiva Alves De Sá

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

Instituição

CENTRO UNIVERSITÁRIO ANHANGUERA DE SÃO PAULO

Resumo

Esse trabalho fala sobre a diarreia e a constipação, mostrando como e, e o que fazer para melhorar, o que consumir. Quadros de diarreia se caracterizam por evacuações diárias, com frequência de 3 vezes ou mais episódios de eliminação de fezes semi pastosas ou líquidas caracterizam a diarreia. O bom funcionamento intestinal depende de três elementos inseparáveis. São eles: a ingestão de água, o consumo de fibras e a prática de atividade física. A regularidade da atividade intestinal só é adequada quando estes três fatores são atendidos