



AVALIAÇÃO DA FREQUÊNCIA DO CONSUMO DE ALIMENTOS FONTES DE FIBRAS EM MULHERES COM DOENÇAS INFLAMATÓRIAS INTESTINAIS DO ESTADO DE MINAS GERAIS

MARIANA LAZARONI BARCELOS PANTUSO; IZABELA LORRAINE PEREIRA MORAES;
TELMA TEIXEIRA PEREIRA; LANA CLAUDINEZ DOS SANTOS

INTRODUÇÃO: As Doenças Inflamatórias Intestinais (DII) possuem caráter crônico e idiopático, com períodos de atividade e de remissão. Estão ligados aos fatores ambientais, aos genéticos, à microbiota intestinal e ao sistema imunológico. A adequada ingestão de alimentos fontes de fibras alimentares (solúveis e insolúveis) podem abrandar o estado geral de saúde, afetando a qualidade de vida e o estado nutricional dos indivíduos. **OBJETIVOS:** Este trabalho teve como objetivo avaliar a frequência do consumo de alimentos fontes de fibras e relacionar a ingestão com as fases em mulheres com DII no Estado de Minas Gerais através da aplicação de um Questionário de Frequência Alimentar (QFA). **METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo com delineamento transversal, descritivo e de prevalência. A amostra foi composta por mulheres adultas diagnosticadas com DII. O consumo foi avaliado pelo QFA composto por 77 alimentos divididos em 4 grupos alimentares; também compôs o questionário, questões sobre o estado nutricional, que foi classificado de acordo com o índice de massa corporal; o nível de escolaridade; diagnóstico comprovado para Doença de Crohn e Retocolite Ulcerativa; a fase em que a participante se encontra; o nível de desconforto/sintoma mais frequente; o uso de medicamentos e se realiza ou não acompanhamento nutricional. Foram avaliadas 34 mulheres, com idade entre 19 a 59 anos. **RESULTADOS:** O grupo alimentar que apresentou maior consumo com frequência de consumo de 1 a 3 vezes por semana foi o grupo 3 (verduras, legumes e leguminosas) com 35% das participantes. O grupo 2 (frutas in natura) e grupo 4 (oleaginosas: frutas secas e sementes) mostrou que 27% consomem alimentos desses grupos para ambas as fases. A frequência diária evidenciou que não há um consumo relevante para nenhum alimento. **CONCLUSÃO:** É necessário um maior aprofundamento de estudos relacionados a recomendação de alimentos fontes de fibras para pessoas diagnosticadas com DII e um acompanhamento multidisciplinar com intervenções nutricionais para que esse público se mantenha em fase de remissão melhorando a qualidade de vida.

Palavras-chave: Doenças inflamatórias intestinais, Fibras na dieta, Consumo alimentar, Doença de crohn, Retocolite ulcerativa.