

ESTADO NUTRICIONAL DOS IDOSOS ATENDIDOS NO PROGRAMA SAÚDE DA FAMÍLIA (PSF) 1 DO MUNICÍPIO DE APIACÁ -ES

Gislany Dias de Oliveira¹; Danielle Castro Hoffmann².

¹Centro Universitário Redentor (Afy), Itaperuna, RJ.

²Centro Universitário Redentor (Afy), Itaperuna, RJ. <http://lattes.cnpq.br/7235615308483061>

DOI: 10.47094/IIICOLUBRAIS.2023/RE/25

PALAVRAS-CHAVE: Avaliação Antropométrica. Idoso. Estado nutricional.

ÁREA TEMÁTICA: Saúde do Idoso.

INTRODUÇÃO

O envelhecimento global é visto como um fenômeno pela população com um aumento significativo de expectativa de vida no Brasil nos dias atuais. Em diversos aspectos tecnológicos, socioeconômicos e ambientais, podem também refletir condições de vida melhores, no campo da Saúde Pública. Essas melhorias representam maiores demandas, elevam maiores desafios para que as pessoas idosas tenham a garantia da atenção à saúde, proporcionando um envelhecimento ativo e saudável (LIMA-COSTA, 2018)

Compreende-se que conseqüentemente os hábitos alimentares da população atual, têm um grande impacto no seu estado nutricional e na saúde. O desenvolvimento de doenças crônicas, é apontada pela Organização Mundial de Saúde (OMS), que entre os dez fatores de risco, estão cinco relacionados à exercícios físicos e dieta que são eles, a obesidade, pressão alta, estilo de vida sedentário, hipercolesterolemia e consumo de frutas vegetais insuficientes (PEREIRA *et al.*, 2018).

Por isso o Programa Saúde da Família (PSF) surge no Brasil como uma estratégia de reorientação do modelo assistencial a partir da atenção básica, em conformidade com os princípios do Sistema Único de Saúde (SUS). Monitorar as alterações no estado nutricional dos idosos pelo método antropométrico estimula o agrupamento dos diagnósticos individuais e permite traçar o perfil nutricional dos idosos.

OBJETIVO

A presente pesquisa teve por objetivo descrever o perfil nutricional dos idosos de ambos os sexos a partir de variáveis antropometria, em um Programa Saúde da Família no Município de Apiacá - ES.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo transversal, que foi realizado com idosos de ambos os sexos, entre as faixas etárias de 60 e 90 anos, em um Programa Saúde da Família no Município de Apiacá - ES. Os participantes da pesquisa assinaram um termo de consentimento livre e esclarecido - TCLE, confirmando o seu consentimento ao participar da pesquisa. O projeto

de pesquisa passou por aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa na Área da Saúde (CEP-SAÚDE) com o número CAAE: 74441923.5.0000.5648 que foi desenvolvido no Programa Saúde da Família (PSF) 1 no Município de Apiacá - ES.

Os idosos que ficaram de fora do projeto de pesquisa foram os que não são cadastrados na unidade, os permanentemente acamados e portadores de doenças neurológicas, ou quaisquer outras patologias que impossibilitaram a realização dos testes.

A coleta de dados foi realizada, por meio de uma entrevista, utilizando-se um questionário de avaliação do estado nutricional dos idosos. Os dados foram digitados e organizados no formulário do *Google Forms*, e foi respondido pelo próprio pesquisador para constituir o banco de dados. Para aferição da massa corporal foi utilizado balança digital com precisão de 100g com medida máxima de 200Kg da marca Welmy. Para a mensuração da altura: estadiômetro fixo Sanny. A circunferência da cintura como da panturrilha foi aferida com uma fita métrica flexível Sanny Medical de 2m. Para avaliar o estado nutricional, utilizou-se o IMC, foram considerados os pontos de corte do IMC aqueles propostos pelo SISVAN 2004.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Na pesquisa inicial foram compostos por n=115 indivíduos idosos, com maior prevalência para o sexo feminino n= 77 (64,9%), enquanto para o sexo masculino n=38 (35,7%).

Uma maior procura das mulheres pelos serviços de Saúde, bem como as suas diferenças biológicas e de atitudes em relação às doenças, a expectativa de vida do sexo feminino é maior do que a do sexo masculino, isso se deve ao maior cuidado das mulheres com relação à qualidade de vida, isso pode explicar a maior frequência de mulheres idosas nos estudos realizados com esta população (Machado *et al.*, 2009).

De acordo com análise do índice de massa corporal (IMC), verificou-se que as mulheres apresentavam magreza 11,68% (n=9), seguido de eutrofia 49,35% (n=38) e excesso de peso 38,96% (n=30), enquanto os homens apresentavam magreza 23,68% (n=09), seguido de eutrofia 39,47% (n=15) e obesidade 34,21% (n=13). Portanto na pesquisa há uma maior prevalência de idosos de ambos os sexos com eutrofia 46,08% (n=53). Os homens apresentam um percentual menor de eutrofia em todas as faixas etárias quando comparados às mulheres.

Em um estudo realizado por Dobner *et al.*, (2012) com 31 idosos, 83,9% (n=26) do sexo feminino e 16,1% (n=5) do sexo masculino, teve maior predomínio de idosos com peso adequado de 35,6% (n = 11), fato semelhante a presente pesquisa.

Em relação à medida da circunferência da panturrilha (CP) foram avaliados 38 homens e 77 mulheres, verificou-se que 6 (15,78%) homens e 16 (20,77%) mulheres, apresentaram perda de massa muscular com o total de 22 (19,13%) de idosos. Verificou-se também que n=32 (84,21%) dos homens e n=61 (79,22%) de mulheres, apresentaram eutrofia com o total de n=93 (80,08%) de idosos.

Um estudo que avaliou 30 idosos institucionalizados independentes, e 30 institucionalizados, acima de 60 anos, no município de Erechim (RS), teve uma observação de uma diferença de faixa etária significativa dos 60 aos 79,9 anos, comparado aos dois grupos estudados, nessa faixa etária os valores que foram encontrados para CP foram acima de 31 cm. Observou-se também que na faixa etária 80 a mais ocorreu diferença significativa, mantendo os valores médios acima de 31cm (Spineli, 2008).

A avaliação da Circunferência da Cintura (CC) foi avaliada, n=21 (71,05%) de homens com mais de ≥ 94 cm, e n=16 (42,10%) menor que ≥ 94 cm. E foram avaliadas n= 53 (68,83%) de mulheres com mais de ≤ 80 cm, e n= 24 (31,16%) menor que ≤ 80 cm.

Portanto na pesquisa há uma maior prevalência com os pontos de corte mais elevados, que corresponderam ao total de n=74 (64,43%) de idosos de ambos os sexos com a circunferência da cintura inadequada, indicando risco para doença cardiovascular, sendo esta proporção maior entre as mulheres. Na análise clínica foi analisado e coletado informações de presença de doenças crônicas não transmissíveis nos idosos, na presente pesquisa, a hipertensão arterial mostrou-se como a doença mais prevalente (24,9%), seguida por diabetes mellitus (24,8%) e insuficiência cardíaca (8,7%). Apesar de não ser encontrada diferença estatisticamente significativa quanto à prevalência das doenças crônicas, os percentuais apresentaram-se elevados em algumas doenças.

Leite-Cavalcanti *et al.* (2009) avaliaram 117 idosos pertencentes aos centros de Referência e Cidadania, de João Pessoa, PB, avaliaram a presença de doenças crônicas e o estado nutricional com o objetivo de oferecer subsídios para o planejamento local de ações de saúde. A doença crônica mais prevalente foi a hipertensão arterial (56,4%), seguida de dislipidemia (33,3%) e diabetes mellitus (20,5%). A maioria dos indivíduos avaliados também eram mulheres.

Esta pesquisa avaliou a adequação da frequência e os tipos de refeições habitualmente realizadas por idosos. De acordo com análise do consumo alimentar dos idosos, observou-se que o consumo de leites e derivados n= 29 (25.4%) foi o mais consumido de 1 a 2x ao dia, e maior consumo de 2 a 4x na semana foi de n=68 (60.2%) de verduras, n=65 (56.5%) de legumes e n=63 (54.8%) de aves; e o menor consumo de 1 a 4x mês foi de n=78 (68.4%) de peixe, de n= 60 (52.2%) de carne vermelha, e n=51 (44.7%) de frutas. Reparou-se que esse público tem baixo consumo de alimentos saudáveis por dia.

Martins *et al.* (2010) realizaram um estudo de ingestão inadequada de alimentos para avaliar a associação entre a hipertensão arterial, lipídeos e glicose séricos em idosos diabéticos e hipertensos. Eram sedentários 97% idosos da amostra estudada. Os idosos consumiam principalmente cereais (7,2 porções) e óleos e gordura (5,2 porções) dos resultados das amostras. Não chegaram a 3 porções diárias de frutas e vegetais, em média. Foi encontrado em 76,5% dos idosos com consumo inadequado de frutas, hortaliças, leite e derivados, e houve associação positiva entre a hipertensão e o consumo inadequado desses alimentos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Considerando os resultados encontrados, apesar do grande número de idosos com IMC adequado, a circunferência da panturrilha adequada, e se teve um resultado inadequado da circunferência da cintura, podendo causar riscos de doenças cardiovasculares, aumentar a prevalência da hipertensão e diabetes mellitus. Na Atenção Primária em Saúde é importante que haja intervenções específicas para a população idosa, um envelhecimento saudável está associado com uma boa alimentação e um estado nutricional adequado, é de suma importância elaborar estratégias preventivas e de cuidados necessários nestas instituições, a fim de proporcionar melhor qualidade de vida.

PRINCIPAIS REFERÊNCIAS

LIMA-COSTA, Maria Fernanda. **Envelhecimento e saúde coletiva: Estudo Longitudinal da Saúde dos Idosos Brasileiros** (ELSI-Brasil), Suplemento ELSI- Brasil, Apresentação Rev. Saúde Pública 52 (Suppl 2) 2018 . Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rsp/a/ZGrjSCWV394pXtmqtnLSx9P/?lang=pt>. Acesso em: 01/05/23.

MARTINS, M. P. S. C. et al. **Consumo alimentar, pressão arterial e controle metabólico em idosos diabéticos hipertensos**. *Revista Brasileira de Cardiologia*, v. 23, n. 3, p. 162-170, 2010.

PEREIRA, Hellen Esteffani Fonseca. et al. **Perfil nutricional e dietético de idosos atendidos nas estratégias de saúde da família do norte de Minas Gerais**. *Revista de APS*, v.21 n.2 (2018). Disponível em: <https://periodicos.ufjf.br/index.php/aps/article/view/16119>. Acesso em: 01/05/23.