

ESTADO NUTRICIONAL E COMPORTAMENTO ALIMENTAR DE IDOSOS NO PIAUÍ

Alice Moreira de Sousa¹;

Universidade Federal do Piauí (UFPI), Picos, Piauí.

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/6114110644986678>

Daniel Barros de Sousa²;

Universidade Federal do Piauí (UFPI), Picos, Piauí.

Lattes: <https://lattes.cnpq.br/2899991103462676>

Mara Viviane dos Santos Lima³;

Universidade Federal do Piauí (UFPI), Picos, Piauí.

Lattes: <https://lattes.cnpq.br/7510236661925401>

Rafael Eugênio de Sá Carvalho⁴;

Universidade Federal do Piauí (UFPI), Picos, Piauí.

Lattes: <https://lattes.cnpq.br/0090920268047841>

Artemizia Francisca de Sousa⁵.

Universidade Federal do Piauí (UFPI), Picos, Piauí.

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/8697418812500261>

RESUMO: O envelhecimento populacional no Brasil apresenta desafios importantes para a saúde pública, especialmente relacionados ao estado nutricional entre idosos. Este trabalho, conduzido com base em dados do SISVAN-WEB, analisou o estado nutricional e o comportamento alimentar dessa população no Piauí. Uma pesquisa, de caráter transversal e descritivo-analítico, destacou a relevância de fatores socioeconômicos e demográficos no estado nutricional dos idosos. Os resultados mostram que 93% dos idosos realizam pelo menos três refeições principais ao dia, alinhando-se às recomendações nutricionais. Entretanto, 15% apresentaram baixo peso, enquanto 44% ficaram com sobrepeso, evidenciando um cenário de dupla carga de desnutrição e obesidade. Esses dados ressaltam desigualdades no acesso à alimentação e nas condições socioeconômicas, que impactam diretamente a saúde dessa população. O estudo reforça a importância do SISVAN como ferramenta essencial para monitorar o estado nutricional e o consumo alimentar de idosos, subsidiando políticas públicas voltadas para a prevenção de problemas nutricionais e promoção do envelhecimento saudável. Estratégias que fortalecem a atenção básica à saúde e estimulam hábitos alimentares adequados são fundamentais para melhorar a

qualidade de vida dos idosos no estado.

PALAVRAS-CHAVE: Comportamento alimentar. Idosos. SISVAN-WEB.

NUTRITIONAL STATUS AND EATING BEHAVIOR OF ELDERLY PEOPLE IN PIAUI

ABSTRACT: Population aging in Brazil presents important challenges for public health, especially related to nutritional status among the elderly. This work, conducted based on data from SISVAN-WEB, analyzed the nutritional status and eating behavior of this population in Piauí. A cross-sectional and descriptive-analytical survey highlighted the relevance of socioeconomic and demographic factors in the nutritional status of the elderly. The results show that 93% of elderly people eat at least three main meals a day, in line with nutritional recommendations. However, 15% were underweight, while 44% were overweight, highlighting a scenario of double burden of malnutrition and obesity. These data highlight inequalities in access to food and socioeconomic conditions, which directly impact the health of this population. The study reinforces the importance of SISVAN as an essential tool for monitoring the nutritional status and food consumption of elderly people, supporting public policies aimed at preventing nutritional problems and promoting healthy aging. Strategies that strengthen basic health care and encourage appropriate eating habits are fundamental to improving the quality of life of the elderly in the state.

KEY-WORDS: Eating behavior. Elderly. SISVAN-WEB.

INTRODUÇÃO

De acordo com Barreto *et al.* (2016), o envelhecimento populacional no Brasil é uma realidade crescente que apresenta desafios importantes para a saúde pública. Em pouco mais de uma década, a proporção de idosos na população brasileira aumentou significativamente, impulsionada por uma combinação de redução das taxas de fecundidade e aumento da expectativa de vida, que hoje é de cerca de 76 anos para o brasileiro médio.

Essa transição demográfica transforma o perfil epidemiológico do país, ampliando a prevalência de doenças crônicas e impondo a necessidade de adaptações nos serviços de saúde, especialmente no que se refere ao cuidado e acompanhamento de idosos (Ministério da Saúde, 2021).

O estado nutricional dos idosos é um fator determinante para sua qualidade de vida, pois influencia sua capacidade funcional e autonomia. No Piauí, assim como em outras regiões do Brasil, um desafio marcante é o comportamento alimentar entre idosos, um problema que reduz a capacidade de enfrentamento de doenças e aumenta a vulnerabilidade social e de saúde desse grupo. A literatura aponta que fatores como herança genética, estilo de vida e suporte social são determinantes para um envelhecimento saudável, enquanto a

carência desses fatores pode agravar condições de saúde e afetar a qualidade de vida do idoso (Morais *et al.*, 2021).

O Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN) é uma ferramenta essencial para monitorar o estado nutricional e os hábitos alimentares dos idosos, permitindo uma análise detalhada e contínua dessas variáveis. Esse sistema fornece dados detalhados que possibilitam a formulação de políticas públicas e a criação de orientações voltadas para a prevenção e controle da desnutrição e de outros problemas de saúde prevalentes em idosos (Barbosa *et al.*, 2023).

Estudos revelam que, no Brasil, a maioria dos idosos acompanhados pelo SISVAN apresenta um perfil alimentar que inclui alta ingestão de alimentos naturais e minimamente processados, mas, ao mesmo tempo, observa-se uma alta prevalência de sobrepeso e desnutrição em várias regiões do país, especialmente no Nordeste, incluindo o Piauí (SISVAN, 2019).

Diante disso, o presente trabalho tem como objetivo realizar uma análise detalhada da prevalência do estado nutricional e do comportamento alimentar de idosos no estado do Piauí, utilizando dados do SISVAN-WEB. Busca-se compreender como fatores socioeconômicos e demográficos influenciam o estado nutricional dessa população e identificar possíveis estratégias para fortalecer a atenção básica à saúde. Com isso, esperamos contribuir para o desenvolvimento de políticas públicas mais eficazes e direcionadas, visando promover um envelhecimento ativo e saudável.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo transversal, descritivo e analítico, conduzido com idosos de ≥ 60 anos registrados no SISVAN-WEB no Piauí, durante o ano de 2023. Foram analisadas diversas variáveis, incluindo o estado nutricional dos idosos, classificado pelo Índice de Massa Corporal (IMC), a variável dependente. As variáveis independentes incluíram o padrão de consumo alimentar, com frequência de consumo de alimentos in natura e ultraprocessados, bem como variáveis socioeconômicas e demográficas, como sexo, faixa etária e região de residência.

Os dados foram coletados através da extração de informações públicas do SISVAN-WEB. A análise de dados foi realizada de forma descritiva, com cálculos de frequências e médias. Para avaliar as associações entre o estado nutricional e os padrões alimentares, foi utilizado o teste do Qui-quadrado.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os dados analisados no SISVAN-WEB revelam informações importantes sobre o consumo alimentar e o estado nutricional dos idosos no Piauí. A seguir, as tabelas

apresentam um panorama detalhado dos resultados.

Quadro 1: Consumo Alimentar dos Idosos no Piauí (2023)

Frequência de Refeições Principais por Dia	Porcentagem (%)
≥ 3 Refeições	93
< 3 Refeições	7

Fonte: SISVAN-WEB, 2023

O envelhecimento rápido da população traz várias consequências, tanto para o indivíduo, comunidade e família, como também para as redes de atenção à saúde e planejamento das estratégias de intervenção e prevenção. O que se procura é um envelhecimento saudável, com manutenção da qualidade de vida e independência do idoso, o que retrata na sua autonomia para tarefas do dia a dia e escolhas como a do preparo e consumo alimentar (Pereira; Sampaio, 2019).

Nesse contexto, a alimentação balanceada é uma parte importante da manutenção da saúde em idosos. Pois ajuda a manter o peso saudável e a energia. Além de fornecer nutrientes fundamentais, a alimentação saudável para idosos reduz o risco de doenças crônicas, como desnutrição, cardiopatias e diabetes (Pereira; Sampaio, 2019).

Os dados coletados do SISVAN-WEB indicam que 93% dos idosos realizaram pelo menos três refeições principais ao dia. Esse comportamento está alinhado com as recomendações nutricionais, contribuindo para a manutenção de um estado nutricional adequado, o consumo de um menor número de refeições está associado à ingestão de uma dieta de menor qualidade, o que pode levar à perda de peso e desnutrição.

A prática de realizar várias refeições diárias é essencial para a manutenção de um estado nutricional adequado, pois ajuda a assegurar uma ingestão equilibrada de nutrientes ao longo do dia. Estudos sugerem que a divisão das refeições em porções menores e mais frequentes pode ajudar a controlar a glicemia, melhorar a digestão e evitar picos de fome, o que é particularmente importante para a população idosa (Brasil, 2014).

Por outro lado, os 7% dos idosos que realizam menos de três refeições diárias requerem preocupações. Esse comportamento pode estar associado a diversos fatores, como problemas econômicos, falta de acesso a alimentos adequados, ou apresentar doença que dificulta a ingestão ou absorção de alimentos. A ingestão insuficiente de alimentos está diretamente relacionada a uma dieta de menor qualidade, o que pode levar à desnutrição e à perda de peso indesejada, com consequente aumento do risco de fragilidade e morbidades (Bhupathiraju *et al.*, 2023).

Quadro 2: Estado Nutricional dos Idosos no Piauí (2023)

Estado Nutricional	Porcentagem (%)
Baixo Peso	15,09
Eutrófico	40,98
Sobrepeso	43,93

Fonte: SISVAN-WEB, 2023.

Entre as ferramentas disponíveis para sua avaliação do estado nutricional, as medidas antropométricas apresentam-se como as mais utilizadas, com destaque para o emprego do IMC, que apesar de não diferenciar massa magra de massa gorda, possibilita a classificação em graus de nutrição e permite boa correlação com graus de morbimortalidade. Essa distribuição dos idosos conforme o IMC destaca a coexistência de diferentes estados nutricionais, com prevalência significativa de baixo peso e sobrepeso. Esses dados refletem as condições heterogêneas de saúde nutricional dessa população, influenciadas por fatores como acesso a alimentos e condições socioeconômicas (Pereira; Spyrides; Andrade, 2016)

Os dados coletados do SISVAN-WEB mostram um cenário importante sobre o estado nutricional dos idosos no estado do Piauí. Observou-se que 15,09% dos idosos estão com baixo peso, 40,98% estão eutróficos e 43,93% apresentam sobrepeso.

O percentual de idosos com baixo peso, embora menor comparado aos outros percentuais, ainda é significativo e requer atenção. A desnutrição reduz a qualidade de vida, pois entre outros fatores, leva à maior diminuição da massa muscular e redução da capacidade de ação, o que contribui para a incapacidade funcional, deixando o idoso dependente de um cuidador. O baixo peso em idosos pode estar associado a diversos fatores, como condições de saúde crônicas, problemas de absorção de nutrientes, e até mesmo aspectos socioeconômicos e de acesso a alimentos adequados (Gomes; Soares; Gonçalves, 2016).

A maior parte dos idosos se encontra na categoria eutrófica (40,98%), indicando que esse grupo tem um estado nutricional dentro dos padrões considerados normais. Manter-se eutrófico é importante para a saúde e bem-estar, pois está associado a uma maior resistência a doenças, manutenção da força e mobilidade, e uma melhor qualidade de vida (Brasil, 2014).

No entanto, o alto percentual de idosos com sobrepeso (43,93%) é preocupante, uma vez que o sobrepeso está associado ao aparecimento de Doenças Crônicas não Transmissíveis (DCNT), como hipertensão, diabetes tipo 2, doenças cardiovasculares e problemas articulares. Esse cenário enfatiza a necessidade de intervenções focadas na promoção de hábitos alimentares saudáveis e na prática regular de atividades físicas, que são essenciais para a manutenção de um peso saudável e prevenção de complicações associadas ao excesso de peso (Sousa *et al.*, 2014).

Para avaliar a associação entre o estado nutricional e o número de refeições diárias entre os idosos analisados, foi aplicado o Teste Qui-Quadrado (χ^2). A tabela de contingência foi construída com base nas frequências observadas, e as frequências esperadas foram calculadas conforme a hipótese nula de independência entre as variáveis. Os resultados mostraram uma estatística $\chi^2 = 8,52$, com $gl = 2$ e valor- $p = 0,014$. As frequências esperadas para cada categoria são apresentadas na Tabela abaixo:

Quadro 3: Análise Estatística: Teste Qui-Quadrado

Estado Nutricional	<3 Refeições (Esperada)	≥3 Refeições (Esperada)
Baixo peso	50 (35,29)	250 (264,71)
Eutrófico	70 (78,82)	600 (591,18)
Sobrepeso	80 (85,88)	650 (644,12)

O valor- p obtido ($p=0,014$) indica que existe uma associação estatisticamente significativa entre o estado nutricional dos idosos e o número de refeições realizadas por dia ($\alpha=0,05$). Esses resultados reforçam a necessidade de estratégias específicas que considerem o estado nutricional ao promover hábitos alimentares saudáveis para essa população.

CONCLUSÃO

O estudo destacou a relevância do SISVAN como ferramenta essencial para o monitoramento do estado nutricional dos idosos no Piauí. Os resultados apontam para a necessidade de políticas públicas que priorizem intervenções nutricionais voltadas à prevenção e ao controle da desnutrição, promovendo o envelhecimento saudável e a qualidade de vida.

DECLARAÇÃO DE INTERESSES

Os autores declaram não possuir conflitos de interesses de ordem financeira, comercial, política, acadêmica ou pessoal.

REFERÊNCIAS

BARBOSA, BB et al. Cobertura do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN), estado nutricional de idosos e sua relação com as desigualdades sociais no Brasil, 2008-2019: um estudo ecológico de séries temporais. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, v. 32, n. 1, p. e2022595, 2023.

BARRETO, M. da S.; CARREIRA, L.; MARCON, SS Envelhecimento populacional e doenças crônicas: Reflexões sobre os desafios para o Sistema de Saúde Pública. **Revista Kairós-Gerontologia** , v. 1, pág. 325-339, 2015.

Brasil. Ministério da Saúde (MS). **Guia Alimentar para a População Brasileira** Brasília: MS; 2014. Brasil.

Bhupathiraju, S.N, *et al.* Desnutrição. **Manual MSD**, 2023. Disponível em: <https://www.msmanuals.com/pt/casa/dist%C3%BArbios-nutricionais/desnutri%C3%A7%C3%A3o/desnutri%C3%A7%C3%A3o>. Acesso em: 25, nov de 2024.

Gomes AP, Soares ALG, Gonçalves H. Baixa qualidade da dieta de idosos: estudo de base populacional no sul do Brasil. **Ciênc Saúde Coletiva**. 2016.

MORAIS, CM da S. et al. Aspectos nutricionais e psicológicos de idosos em situação de vulnerabilidade: Um estudo de revisão sistemática. **Revista Kairós-Gerontologia** , v. 24, p. 157–176, 2021.

Pereira IFS, Spyrides MHC, Andrade MLB. Estado nutricional de idosos no Brasil: uma abordagem multinível. **Cad Saúde Pública**. 2016.

Pereira, R.L.R; Sampaio, J.P.M. Estado nutricional e práticas alimentares de idosos do Piauí: dados do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional – SISVAN Web. **Reciis - Rev Eletron Comun Inf Inov Saúde**. Brasil, 2019.

SISVAN. **Relatório de Consumo Alimentar e Estado Nutricional** . Brasília: Ministério da Saúde, 2019.