



AVALIAÇÃO NUTRICIONAL COMO FERRAMENTA PARA MELHORIA DA QUALIDADE DE VIDA DO IDOSO

Alana Dafne Chagas Ordônio ¹
Ester Emanuele Abrantes ²
Gustavo Damasceno de Melo Cavalcanti ³
Jessica de Medeiros Guedes Palitot ⁴
Anielle Chaves de Araújo ⁵

INTRODUÇÃO

Nas últimas décadas constatou-se mundialmente a associação da queda da fecundidade e do aumento da expectativa de vida, mudando o contexto demográfico global. Na perspectiva brasileira, segundo dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) a população de idosos de 60 anos ou mais será maior que a de crianças e jovens até 29 anos em 2055.

Diante do cenário, com a futura predominância da população idosa no Brasil, é necessário que haja melhoria na qualidade de vida dessa faixa etária, uma vez que além das possíveis patologias relacionadas com o envelhecimento, o próprio processo fisiológico cursa com mudanças no bem-estar do indivíduo. Além disso, existem outros aspectos prejudiciais, como as condições socioeconômicas, hábitos de vida e estado nutricional. A partir disso, uma das ferramentas necessárias para a melhoria da qualidade de vida do idoso é a avaliação nutricional, pois por meio dela é possível mapear doenças associadas ao envelhecimento, além de possibilitar assistência no planejamento longitudinal pela equipe de atenção primária em saúde (APS).

Assim, visando a qualidade de vida do idoso, em 2006 foi lançado pelo Ministério da Saúde a Caderneta de Saúde da Pessoa Idosa onde pode ser analisado importantes aspectos da avaliação nutricional por possuir ferramentas como o contexto socioeconômico, familiar, funcional, e clínico, principalmente em relação a glicemia e pressão arterial. Entretanto, vale

¹ Graduando do Curso de Medicina da Faculdade de Ciências Médicas da Paraíba - FCMPB, alanadafnemed@gmail.com;

² Graduando do Curso de Medicina da Faculdade de Ciências Médicas da Paraíba - FCMPB, esterabrantes@icloud.com;

³ Graduando do Curso de Medicina da Faculdade de Ciências Médicas da Paraíba - FCMPB gustavomelode@gmail.com;

⁴ Graduando do Curso de Medicina da Faculdade de Ciências Médicas da Paraíba - FCMPB, jessicapalitott@gmail.com;

⁵ Professor orientador: Mestre, Professor do Curso de Medicina da Faculdade de Ciências Médicas da Paraíba - FCMPB, aniellechaves@hotmail.com.



ressaltar que a avaliação nutricional de idosos deve ir além, englobando diferentes aspectos de forma integrada e multidisciplinar, em distintos níveis. (TAVARES, et al, 2015)

Portanto, compreende-se que a promoção do estado nutricional do idoso é vista como necessidade frente sua qualidade de vida, principalmente a longo prazo tendo em vista a predominância dos idosos na pirâmide etária com o passar dos anos no Brasil. Dessa forma, o objetivo desse estudo foi abordar a literatura científica relacionada à avaliação nutricional como um importante instrumento de intervenção no bem-estar do idoso.

METODOLOGIA

Este estudo apresenta uma Revisão Bibliográfica, a qual tem o objetivo de buscar, analisar e unir informações coletadas de trabalhos científicos com tema comum, facilitando a discussão dos resultados e conseqüente explanação do assunto em questão. Para isso, fez-se necessário a elaboração de uma questão norteadora, coleta e extração de dados, análise, discussão e elaboração da revisão (SOUZA, SILVA, CARVALHO, 2010).

Assim, a questão que norteou essa pesquisa foi: <<”Quais os principais fatores que influenciam no estado nutricional do idoso e como a avaliação nutricional impacta na qualidade de vida dessa população?”>>. Logo, a coleta de dados aconteceu em abril de 2022, sendo realizada na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), dentre os quais estavam nas bases de dados da Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE) e Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), posterior à consulta dos DeCS (Descritores em Ciência da Saúde): “Idosos”, “Avaliação Nutricional” e “Qualidade de Vida”, aplicados na busca avançada, sob a união do operador booleano AND, obteve-se 764 artigos.

Ademais, a fim de refinar as fontes encontradas inicialmente, os seguintes critérios de inclusão foram aplicados: Texto completo e gratuito, em português, publicados nos últimos 5 anos, totalizando 22. Após a leitura dos artigos elegíveis, 12 foram excluídos por fuga temática e 1 por duplicidade, resultando em uma amostra composta por 9 artigos.

Por fim, a análise dos dados foi feita a partir da observação de variáveis como: autor, revista e ano de publicação, base de dados, idioma e temática, para que assim fossem confeccionadas as tabelas e gráficos resultantes da busca.

RESULTADOS E DISCUSSÃO



A amostra de estudo do estudo em questão foi constituída por 9 artigos, dos quais foram publicados em oito revistas diferentes (nacionais e internacionais), nas bases de dados MEDLINE e LILACS, sendo todos disponíveis em português, entretanto, oito também possuem uma versão em inglês e quatro em espanhol. Com relação ao ano de publicação, três artigos foram do ano de 2017, seguidos de dois de 2018, três de 2019 e um de 2021. A análise dessa amostra permitiu observar a influência de algumas variáveis no estado nutricional do idoso e o impacto da avaliação nutricional na vida desse grupo.

Este artigo discute a relevância do estado nutricional de idosos, correlacionando com sua qualidade de vida. Buscou-se identificar fatores que ao longo do processo de envelhecimento afetem diretamente a qualidade de vida, proporcionando desta forma condições para adoção de medidas de prevenção e promoção de saúde. Sabe-se que os problemas relacionados ao estado nutricional de idosos acelera o surgimento de fragilidade e vulnerabilidade, o que dificulta na recuperação das doenças crônicas e contribui para a morbimortalidade.

Com os dados do estudo de Lima et al. (2017), é possível inferir que a nutrição, junto com outras medidas, são fatores que aumentam a expectativa de vida, bem como prevenção de várias doenças, dessa forma a avaliação nutricional do idoso é de extrema importância para prevenção de danos à saúde. Nesse contexto, em Carvalho et al. (2021) o estado nutricional assume uma importante função na qualidade de vida e de saúde da população, e principalmente na vida do idoso, sendo importante observar todos os fatores que predisõem a um consumo alimentar inadequado, causador de efeitos nocivos à saúde. Considerando que o estado nutricional adequado é o reflexo do equilíbrio entre a ingestão balanceada de alimentos e o consumo de energia necessária para manter as funções diárias do organismo (Dos Reis Aquino et al. 2019).

Considera-se que o estado nutricional é um importante indicador para o diagnóstico da saúde e nutrição, permitindo uma melhor orientação educativa, bem como o acompanhamento de intervenções terapêuticas. Dado isso, no estudo de Moreira et al. (2019) o Guia Alimentar para a População Brasileira (2014) aborda sobre a importância de se alimentar em local apropriado e com companhia, eventos que colaboram com uma melhor alimentação e nutrição. Além disso, ainda segundo o mesmo estudo, deve-se considerar que dentre a população idosa do nosso país como mostra no estudo, foi encontrada maior prevalência de pacientes do sexo feminino, onde, segundo a Pesquisa Nacional de Saúde (IBGE, 2014), as mulheres brasileiras procuram mais o atendimento médico comparado aos homens.

Segundo estudo de Pereira et al. (2016), para caracterizar o estado nutricional, geralmente utiliza-se a MAN (instrumento que possui alta sensibilidade e é capaz de detectar idosos desnutridos e com risco de desnutrição), que inclui a antropometria, avaliação dietética, avaliação clínica global e autopercepção de saúde e estado nutricional. Estudos que utilizaram a MAN têm mostrado prevalência de desnutrição em idosos entre 1% e 17%. Para risco de desnutrição (RDN), a prevalência encontrada tem sido de 12% a 17%. Também se verificou no estudo de Da Silva Santos et al. (2018) que o estado nutricional com base nos escores da MAN, obtém-se percentual significativo de idosos em risco de desnutrição. Pois em um estudo realizado com idosos residentes em Criciúma-SC, observou-se que 25% manifestavam risco de desnutrição.

Já no estudo de Clementino et al. (2019), sobrepeso, obesidade, hipertensão arterial, diabetes tipo 2 e a própria obesidade abdominal aumentam o risco de morbimortalidades, neste âmbito, a circunferência abdominal reflete a gordura visceral e tem se mostrado fortemente associada com doenças cardiovasculares e mortalidade comparada ao IMC. Nesse contexto, faz-se válido também, ressaltar hábitos de vida que também contribuem para o alto índice de morbimortalidade em idosos, pois segundo Pereira et al. (2016) o envelhecimento populacional é uma das maiores preocupações na área da saúde, exigindo políticas públicas adequadas para que o envelhecer aconteça de forma ativa. Seguindo o raciocínio desse estudo, pode-se dizer que participar de atividades em centros de convivência promove a saúde, e aponta que as atividades em grupo são consideradas terapêuticas e possibilitam fazer escolhas mais saudáveis.

Em Gonçalves et al. (2018), ressalta a concomitância do tabagismo com outros hábitos não saudáveis, como o consumo excessivo de bebidas alcoólicas e a má alimentação, aponta que os efeitos anorexígenos da nicotina agem sobre o apetite de forma que o peso corporal tende a ser menor entre os fumantes, sendo assim, o baixo peso, em função da baixa ingestão calórica de nutrientes, pode levar a uma debilidade funcional e física, piora na qualidade de vida, e maior hospitalização e mortalidade. Outros fatores que também deve-se levar em consideração ao examinar a avaliação nutricional como ferramenta para melhoria da qualidade de vida do idoso é a situação do declínio cognitivo, pois esta condição interfere diretamente no horário das refeições, por se tratar de indivíduos, que na maior parte, apresentam dificuldades e dependência no ato de alimentar-se. Diante disso, a literatura sustenta o fato de que idosos com problemas neurológicos são mais propensos a desenvolver um estado de desnutrição. (DAMO et al. 2018).

Em relação às limitações do estudo, ressalta-se o fato de ser um estudo de natureza transversal, impedindo assim, a compreensão de alguns aspectos relacionados à causalidade entre a eficácia do tratamento na atenção secundária e seu impacto na população atendida. Portanto, sugere-se que futuramente outros estudos com delineamento longitudinal sejam realizados para apresentar o efeito do tratamento destes serviços de saúde no perfil desses indivíduos. Contudo, para o objetivo do estudo, a abordagem transversal apresentou-se satisfatória. Ademais, os resultados do estudo contribuem para o desenvolvimento de políticas públicas voltadas à atenção secundária, para que os serviços de saúde ofereçam aos usuários um atendimento holístico com qualidade.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Dessa forma, deve-se ressaltar a predominância da população idosa na mudança do contexto global, sendo necessário um cuidado voltado à qualidade de vida do idoso, tendo como principal ferramenta a avaliação nutricional, visando uma maior expectativa de vida e a prevenção de doenças futuras. Portanto, é preciso a demanda de políticas públicas associadas a atenção de saúde secundária, as quais visam diminuir os principais fatores de morbimortalidade e assim, promover um processo de envelhecimento saudável, com auxílio adequado de um atendimento holístico congruente.

Palavras-chave: Avaliação Nutricional, Pessoa idosa, Qualidade de Vida, Estado Nutricional.

REFERÊNCIAS

- CARVALHO, A. V. de O. *et al.* Análise do perfil nutricional de idosos cadastrados na Estratégia Saúde da Família de um município piauiense. *Rev. APS*, p. 767-780, 2021. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1354332>. Acesso em: 22 jun. 2022.
- CLEMENTINO, Maria Daniela *et al.* Body image, nutritional status and quality of life in long-lived older adults. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia [online]*. 2019, v. 22, n. 06. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1981-22562019022.190181>. Acesso em: 20 Jun. 2022.
- DAMO, Cássia Cassol *et al.* Risk of malnutrition and associated factors in institutionalized elderly persons. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia [online]*. 2018, v. 21, n. 06. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1981-22562018021.180152>. Acesso em: 20 Jun. 2022.
- DA SILVA SANTOS, Álvaro *et al.* Estudo de base populacional: perfil sociodemográfico e de saúde em idosos [Population-based study: socio-demographic and health profile of older



adults][Estudio de base poblacional: perfil sociodemográfico y de salud en ancianos]. **Revista Enfermagem UERJ**, v. 26, p. 21473, 2018.

DOS REIS AQUINO, T. *et al.* Avaliação da situação nutricional e dietética de idosos hospitalizados/Assessment of nutritional and dietary status of hospitalized elderly/Evaluación de la situación dietética y nutricional de los ancianos hospitalizados. **Journal Health Npeps**, v. 4, n. 2, p. 268-279, 2019. Disponível em: <https://periodicos.unemat.br/index.php/jhnpeps/article/view/3361>. Acesso em: 20 Jun. 2022.

GONÇALVES, Isis Bonfitto *et al.* Estado nutricional de idosos fumantes e ex-fumantes da cidade de São Paulo, Brasil. **Revista Brasileira de Epidemiologia [online]**. 2018, v. 21, n. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1980-549720180013.supl.2>. Acesso em: 20 Jun. 2022.

LIMA, Ana Priscila Marques *et al.* Avaliação Nutricional De Idosos Residentes Em Instituições De Longa Permanência. **Rev. baiana enferm.**, Salvador, v. 31, n. 4, e20270, 2017. Disponível em http://www.revenf.bvs.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2178-86502017000400304&lng=pt&nrm=iso. Acesso em 22 jun. 2022.

MOREIRA, M. A.; SILVA, L. B. da; ALVARENGA, L. de A.; CÂNDIDO, A. P. C. Perfil clínico, nutricional e sociodemográfico de usuários do Centro Estadual de Atenção Especializada (CEAE) de Juiz de Fora, Minas Gerais. **HU Revista**, [S. l.], v. 43, n. 4, p. 363–373, 2019. DOI: 10.34019/1982-8047.2017.v43.2806. Disponível em: <https://periodicos.ufjf.br/index.php/hurevista/article/view/2806>. Acesso em: 22 jun. 2022.

ORTIZ FLORES, L. P. O Envelhecimento da População Brasileira. **REDECA. Revista Eletrônica do Departamento de Ciências Contábeis & Departamento de Atuária e Métodos Quantitativos**, [S. l.], v. 2, n. 1, p. 86–100, 2016. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/redeca/article/view/27901>. Acesso em: 7 jun. 2022.

PEREIRA, Meire Marchi; FILIPE, Elvira Maria Ventura. Qualidade de vida e nutrição em idosos participantes de centros de convivência. **Revista Baiana de Saúde Pública**, v. 40, n. 1, 2016.

SOUZA, M. T. de; SILVA, M. D. da; CARVALHO, R. de. Revisão integrativa: o que é e como fazer. **Einstein (São Paulo)**, São Paulo, v. 8, n. 1, p. 102-106, mar. 2010. Disponível em: https://www.scielo.br/pdf/eins/v8n1/pt_1679-4508-eins-8-1-0102.pdf. Acesso em: 11 jun. 2022.

TAVARES, Elda Lima *et al.* Avaliação nutricional de idosos: desafios da atualidade. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia [online]**. 2015, v. 18, n. 3, p. 643-650. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1809-9823.2015.14249>. Acesso em: 7 jun. 2022.