

# EXCESSO DE PESO E CONSUMO DE FRUTAS E HORTALIÇAS ENTRE IDOSOS DAS CAPITAIS BRASILEIRAS, 2006-2021

Geórgia de Mendonça Nunes Leonardo – Nutricionista, Mestre, Docente do Curso de Nutrição do Centro Universitário INTA Uninta, campus Itapipoca

Francisco Alexandre Sousa Moura - Graduando do Curso de Nutrição do Centro Universitário INTA Uninta, campus Itapipoca

Contatos: [profa.georgia.itapipoca@uninta.edu.br](mailto:profa.georgia.itapipoca@uninta.edu.br); [nutrialemoura@gmail.com](mailto:nutrialemoura@gmail.com)

# EXCESSO DE PESO E CONSUMO DE FRUTAS E HORTALIÇAS ENTRE IDOSOS DAS CAPITAIS BRASILEIRAS, 2006-2021

## INTRODUÇÃO

- DCNT em idosos;
- Hábitos de estilo de vida;
- Fatores alimentares;
- Estado nutricional;
- Escolhas dietéticas inadequadas ao longo da vida.

# EXCESSO DE PESO E CONSUMO DE FRUTAS E HORTALIÇAS ENTRE IDOSOS DAS CAPITAIS BRASILEIRAS, 2006-2021

## OBJETIVO

- Verificar o comportamento do excesso de peso corporal e as características de consumo alimentar de idosos residentes nas capitais brasileiras.

## JUSTIFICATIVA

- Considerando a relação entre qualidade da dieta com o excesso de peso corporal e o desenvolvimento de DCNT, principalmente entre idosos, este estudo contribui com conhecimento sobre a situação alimentar e nutricional de idosos das capitais brasileiras. Podendo servir de subsídio para a elaboração e implementação de ações que visem a melhor qualidade de vida de idosos.

# EXCESSO DE PESO E CONSUMO DE FRUTAS E HORTALIÇAS ENTRE IDOSOS DAS CAPITAIS BRASILEIRAS, 2006-2021

## METODOLOGIA

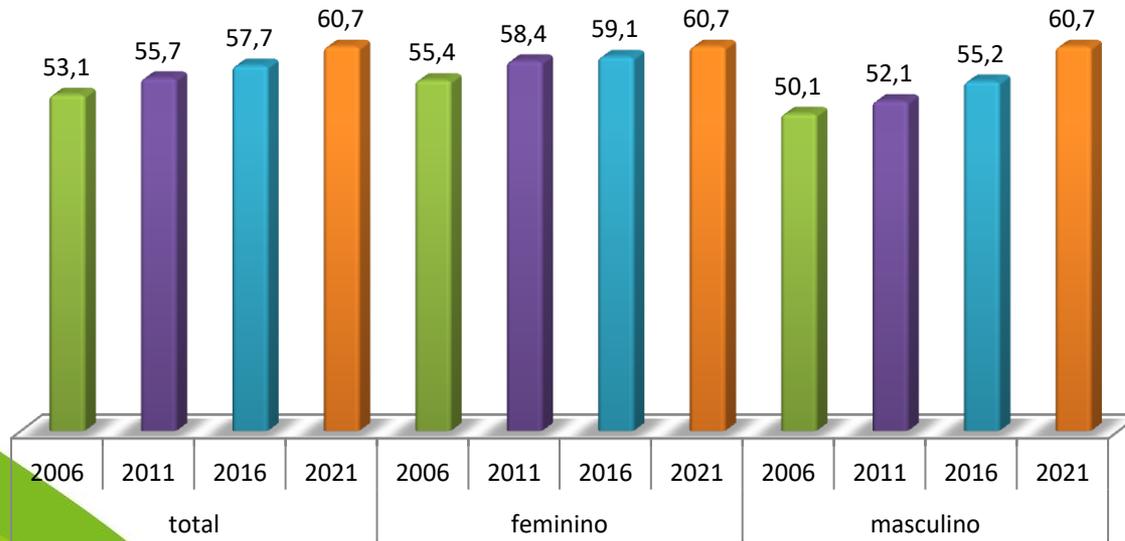


- Estudo descritivo, com abordagem descritiva
- Prevalência média de excesso de peso corporal ( $\text{IMC} \geq 25\text{kg/m}^2$ )\*
- Consumo de frutas e hortaliças entre idosos ( $\geq 65$  anos).

# EXCESSO DE PESO E CONSUMO DE FRUTAS E HORTALIÇAS ENTRE IDOSOS DAS CAPITAIS BRASILEIRAS, 2006-2021

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

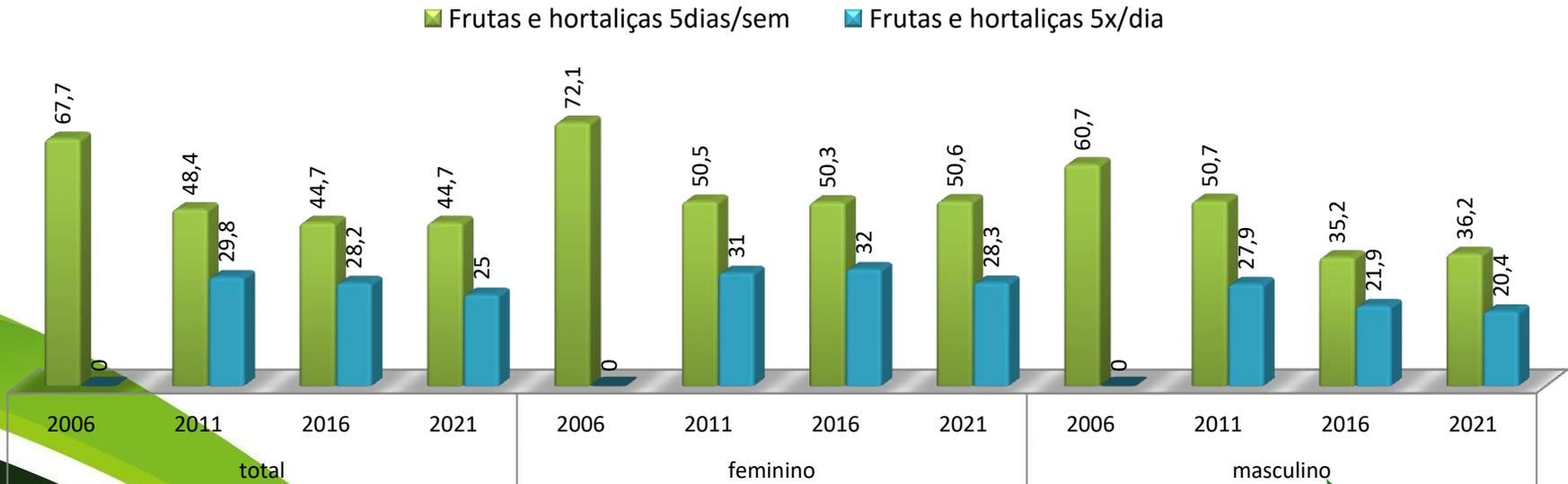
Gráfico 01. Prevalência média de excesso de peso corporal em idosos das capitais brasileiras (>65 anos), segundo VIGITEL, 2006, 2011, 2016, 2021.



# EXCESSO DE PESO E CONSUMO DE FRUTAS E HORTALIÇAS ENTRE IDOSOS DAS CAPITAIS BRASILEIRAS, 2006-2021

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Gráfico 02. Prevalência média de consumo alimentar de idosos das capitais brasileiras (>65 anos), segundo VIGITEL, 2006, 2011, 2016, 2021.



# EXCESSO DE PESO E CONSUMO DE FRUTAS E HORTALIÇAS ENTRE IDOSOS DAS CAPITAIS BRASILEIRAS, 2006-2021

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

- Souza et al., 2019 - coorte com idosos de Florianópolis, SC:
  - quase metade dos idosos apresentou consumo inadequado de FLV;
- Medeiros et al., 2019:
  - FRCV mais prevalente entre homens - insuficiência no consumo de FLV;
- Louzada et al., 2023 - POF 2007/2008–2017/2018:
  - aumento da participação dos alimentos ultraprocessados no total de energia consumida entre idosos.

# EXCESSO DE PESO E CONSUMO DE FRUTAS E HORTALIÇAS ENTRE IDOSOS DAS CAPITAIS BRASILEIRAS, 2006-2021

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

- O baixo consumo de frutas e hortaliças em idosos pode contribuir para o excesso de peso corporal, que por sua vez está associado ao risco aumentado de desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis, como diabetes, doenças cardiovasculares e certos tipos de câncer.
- Portanto, é importante incentivar uma dieta equilibrada e rica em alimentos in natura e minimamente processados como parte de um estilo de vida saudável na terceira idade.

# EXCESSO DE PESO E CONSUMO DE FRUTAS E HORTALIÇAS ENTRE IDOSOS DAS CAPITAIS BRASILEIRAS, 2006-2021

## REFERÊNCIAS

CARNEIRO, Vinícius Mendes Souza et al. Estado nutricional de idosos com 60 anos ou mais, acompanhados pelo sistema de vigilância alimentar e nutricional (SISVAN) no nordeste brasileiro no ano de 2020. **Revista PsiPro / PsiPro Journal**, v. 2, n. 1, jan/fev. 2023. Disponível em: <<https://www.revistapsipro.com/index.php/psipro/article/view/8>>. Acesso em: 25 set. 2023.

LOUZADA, Maria Laura da Costa et al. Consumo de alimentos ultraprocessados no Brasil: distribuição e evolução temporal 2008-2018. **Rev. saúde pública** (Online); v. 57, n. 12, 2023. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rsp/a/4NgBXsYpKjrKHvCJB876P8F/?lang=pt>> . Acesso em: 25 set. 2023.

MEDEIROS, Paulo Adão de et al. Prevalência e simultaneidade de fatores de risco cardiovasculares em idosos participantes de um estudo de base populacional no sul do Brasil. **Revista Brasileira de Epidemiologia** [online]. v. 22, e190064, 2019. Disponível em: <<https://www.scielosp.org/article/rbepid/2019.v22/e190064/pt/#>>. Acesso em: 25 set. 2023.

RIBEIRO, Raissa Castro et al. Estado nutricional de idosos brasileiros acompanhados no sisvan-web. **Revista Multidisciplinar Em Saúde**, v. 1, n.3, 2020. Disponível em: <<https://editoraime.com.br/revistas/index.php/remas/article/view/299>>. Acesso em: 25 set. 2023.

SOUZA, Bianca Bittencourt de et al. Consumo de frutas, legumes e verduras e associação com hábitos de vida e estado nutricional: um estudo prospectivo em uma coorte de idosos. **Ciência & Saúde Coletiva** [online], v. 24, n. 4, p. 1463-1472, 2019. Disponível em: <<https://www.scielosp.org/article/csc/2019.v24n4/1463-1472/pt/>>. Acesso em: 25 set. 2023.

# EXCESSO DE PESO E CONSUMO DE FRUTAS E HORTALIÇAS ENTRE IDOSOS DAS CAPITAIS BRASILEIRAS, 2006-2021

Geórgia de Mendonça Nunes Leonardo – Nutricionista, Mestre, Docente do Curso de Nutrição do Centro Universitário INTA Uninta, campus Itapipoca

Francisco Alexandre Sousa Moura - Graduando do Curso de Nutrição do Centro Universitário INTA Uninta, campus Itapipoca

Contatos: [profa.georgia.itapipoca@uninta.edu.br](mailto:profa.georgia.itapipoca@uninta.edu.br); [nutrialemoura@gmail.com](mailto:nutrialemoura@gmail.com)