



CONEXÃO UNIFAMETRO 2021

XVII SEMANA ACADÊMICA

ISSN: 2357-8645

## ALTERAÇÕES DO ESTADO NUTRICIONAL NO ENVELHECIMENTO

**Arthur de Melo Firmino Barbosa**

(Discente - Centro Universitário Fametro – Unifametro)

[Arthur.barbosa@aluno.unifametro.edu.br](mailto:Arthur.barbosa@aluno.unifametro.edu.br)

**Hellany Kelly de França Sousa;**

(Discente - Centro Universitário Fametro – Unifametro)

[Hellany.kelly@aluno.unifametro.edu.br](mailto:Hellany.kelly@aluno.unifametro.edu.br)

**Lívia Lemos Damasceno**

(Discente - Centro Universitário Fametro – Unifametro)

[Livia.lemos@aluno.unifametro.edu.br](mailto:Livia.lemos@aluno.unifametro.edu.br)

**Leonardo Furtado de Oliveira**

(Docente - Centro Universitário Fametro – Unifametro)

[Leonardo.oliveira@professor.unifametro.edu.br](mailto:Leonardo.oliveira@professor.unifametro.edu.br)

**Área Temática:** Alimentos, nutrição e saúde

**Encontro Científico:** IX Encontro de Monitoria e Iniciação Científica

### RESUMO

**Introdução:** A desnutrição tem representado um desafio dentro da nutrição, com uma frequência crescente de casos de problemas nutricionais cada vez maior. Essa situação pode ser vista com mais clareza em diversos locais. Dentre o público que pode ser mais afetado, estão os idosos, público que sofre com vários fatores que podem levar à desnutrição.

**Objetivo:** O trabalho tem por objetivo demonstrar, por meio de uma revisão integrativa, como as alterações nutricionais podem atingir os idosos. **Métodos:** Foram realizadas pesquisas de artigos em língua portuguesa e inglesa dos últimos anos, utilizando palavras como “desnutrição”, “desnutrição em longo prazo”, “desnutrição nos ciclos da vida”, aplicados em estudos relacionados a avaliação nutricional. **Resultados:** Notável dentro das pesquisas como a desnutrição é mais comum em pacientes hospitalizados e institucionalizados, sendo obtido esse resultado através de estudos que abrangiam esse tema. **Considerações finais:** Foi possível verificar que os diversos fatores que levam a desnutrição ser maior nesse grupo, está relacionada as modificações que esses idosos passam por características que são próprias deles.

**Palavras-chave:** Desnutrição; Estado nutricional; Envelhecimento; Idosos; Alteração nutricional.

## INTRODUÇÃO

A desnutrição tem representado um desafio dentro da nutrição, com uma frequência crescente de casos de problemas nutricionais cada vez maior. Essa situação pode ser vista com mais clareza em diversos locais. Temos fatores que podem ser causas dessa situação (fator econômico, doenças, fator psicossocial e pessoas com debilidades físicas) e é observado, em diversos números de trabalhos científicos, que no extremo dos problemas relacionados ao déficit nutricional encontra-se a desnutrição e suas variantes - desnutrição aguda e crônica - sendo a última mais grave, em consequência das alterações irreversíveis que traz ao crescimento e desenvolvimento em longo prazo (PAIS; CARRERA, 2009).

Dentre o público que pode ser mais afetado, estão os idosos, público que sofre com vários fatores que podem levar à desnutrição: perda de peso involuntária; diminuição ou perda do apetite, dificultando o processo de alimentação e um possível aparecimento de caquexia; e surgimento de doenças crônicas que trazem o desinteresse dos idosos em realizar todas as refeições adequadamente ou não sentirem prazer ao se alimentar. A essas alterações, podemos ter associada a modificação das funções dos órgãos de sentido (visão, audição, olfato, paladar e tato), que, quando afetados, podem prejudicar direta e indiretamente a alimentação (GUEDES, GAMA, TUSSI, 2008).

Neste sentido, foi possível perceber que a aplicação de métodos para avaliação do estado nutricional pode direcionar ao diagnóstico precoce, sendo possível identificar riscos nutricionais. E manter um estado nutricional adequado é muito importante para a qualidade de vida desse grupo, ajudando a reduzir os percentuais de morbidade e as taxas de mortalidade precoce (GUEDES; GAMA; TUSSI, 2008). Durante a avaliação nutricional do idoso, várias ferramentas podem ser utilizadas: exame físico, indicadores antropométricos, parâmetros bioquímicos, questionários para avaliação nutricional, impedância bioelétrica, entre outras. Dentre os métodos utilizados para realizar essas avaliações, podemos citar a antropometria, que tem vantagem por ser um método não invasivo, de fácil execução, baixo custo de aplicação, considerado seguro e que possui maneiras para identificar populações em risco nutricional. Observando avaliações específicas para este público, podem ser destacadas a Mini Avaliação Nutricional (MAN) e a Avaliação Subjetiva Global (ASG) (GARCIA; ROMANI; LIRA, 2007). Para os idosos, a medida da CB é um bom indicador de desnutrição, por representar a soma das áreas constituídas pelos tecidos ósseo, muscular e adiposo do braço (PONT, 2009).

O idoso tende a passar por uma série de mudanças que são consideradas fisiológicas e naturais ao processo de envelhecimento, mas que podem torná-los mais frágeis ao desenvolvimento de distúrbios nutricionais, agravar seu estado de saúde e, em casos extremos, levá-lo à morte. A nutrição em idosos é muito importante, em virtude da grande diversidade de fatores que envolve esse grupo etário e pelo fato de seu valor preditivo estar associado a um conjunto de mudanças, como as biológicas da idade, as doenças e as mudanças seculares, mas também às práticas ao longo da vida (fumo, dieta, atividade física) e aos fatores socioeconômicos (CRUZ; ACUNA, 2014)

O presente estudo objetivou realizar uma revisão integrativa analisando dados sobre alterações do estado nutricional no envelhecimento.

## **METODOLOGIA**

Trata-se de uma revisão de literatura integrativa, cuja questão norteadora foi: Alterações do estado nutricional no envelhecimento.

Foi realizada uma pesquisa em artigos publicados em língua portuguesa, inglesa e espanhola, nos últimos 10 anos, nas bases de dados PubMed, LILACS e SciELO. Para a busca dos artigos foram utilizados os descritores “desnutrição”, “desnutrição em longo prazo”, “desnutrição nos ciclos da vida” e suas combinações nas línguas portuguesa e inglesa.

Para os critérios de inclusão dessa pesquisa foram levados em conta: estudos que relatavam a desnutrição no decorrer dos últimos anos (aumento ou diminuição dos números de caso), causas comuns nos casos de desnutrição, desnutrição ocorre e pode afetar os diferentes ciclos da vida de um indivíduo e como o seu estado de saúde influencia para um agravamento ou melhora desse déficit nutricional. Como critérios de exclusão foram determinados estudos que estavam relacionados a desnutrição causada por um jejum consciente feito por uma pessoa, desnutrição em outras espécies.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Estudos que investigaram o ritmo do envelhecimento na população e apontaram que diversos fatores podem interferir na qualidade de vida e conseqüentemente na nutrição do público idoso, que naturalmente já passa por mudanças fisiológicas no processo de envelhecimento. Fatores esses que são relevantes para atividades cotidianas e os atingem diretamente, deixando-os mais frágeis devido a alterações no paladar, dificuldade na mastigação e/ou deglutição, perda de massa magra (sarcopenia), redução das atividades

enzimáticas, aumento da necessidade proteica, dentre outros. É possível observar, entre as principais causas para baixa ingestão alimentar, a dentição prejudicada, mas também a interferência de medicamentos, a falta de apetite e a questão física, pois muitos apresentavam dificuldade para transportar o alimento até a boca e manipular o prato (CAMPANELLA, 2007).

Com idosos hospitalizados, uma pesquisa realizada com 41 idosos hospitalizados em Minas Gerais revelou que 48,8% estavam em risco nutricional e que 36,6% estavam desnutridos (PAULA, OLIVEIRA, SÃO JOSÉ; 2007). Podemos observar também um elevado índice de desnutrição em pacientes institucionalizados, como mostra um estudo realizado em instituições públicas de Santa Catarina, com 167 idosos que tinham em média 80 anos, de ambos os sexos, apresentando uma prevalência de 45,5% do peso baixo, 7,85% de sobrepeso e 13,2 % de obesidade. Na ocasião, foi observada uma taxa de desnutrição de 42,2% entre o público feminino e 59,4% entre o público masculino (RAUEN; MOREIRA; CALVO, 2008).

Quanto aos métodos de avaliação nutricional, nenhum método é considerado padrão-ouro, não havendo parâmetros de classificação específicos para essa população. A mensuração do risco nutricional na terceira idade requer a análise conjunta dos diversos métodos existentes para a avaliação nutricional, a fim de obter diagnóstico global e análise acurada do estado nutricional do idoso. Durante esse processo, devem ser consideradas sempre as alterações da senescência sobre o estado nutricional. Além de investigar e determinar o ritmo do envelhecimento da população, os estudos buscavam relacionar a preocupação em estudar a qualidade do envelhecimento e, logo após, projetar intervenções capazes de promover um processo de envelhecimento saudável, tendo por consequência pesquisas implementadas com o objetivo de determinar quais fatores são relevantes para a qualidade de vida dos idosos (FLECK; CHACHAMOVICH; TRENTINI, 2006).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Foi possível ter como base dos estudos das literaturas que foram realizadas pesquisas que diversos fatores podem contribuir para o processo de desnutrição ou agravamento desse quadro em idosos, visto que é um público que possui diversas alterações de senilidade, ou seja, características que são próprias desse grupo. E que a avaliação nutricional serve como referência para avaliar esses pacientes e classificar com um diagnóstico de desnutrição ou outras doenças.

Devido ao uso correto da aplicação de uma avaliação nutricional nos idosos, estudos conseguiram comprovar que os maiores percentuais de desnutrição desse grupo, estão nos idosos hospitalizados ou os que estão institucionalizados.

## REFERÊNCIAS

- CAMPANELLA, L. C. A. Relação entre padrão alimentar e estado nutricional de idosos hospitalizados. **Revista Brasileira Nutrição de Clínica**, v. 22, n. 2, p. 100-6, 2007.
- CRUZ, T.; ACUNA, K. Avaliação do estado nutricional de adultos e de idosos e situação nutricional da população brasileira. **Arquive Bras Endocrinol Metabol**, v. 48, n. 3, p. 345-361, 2004.
- FLECK, M. P. A; CHACHAMOVICH, E.; TRENTINI, C. Development and validation of the Portuguese version of the WHOQOL-OLD module. **Revista de Saúde Pública**, v.40, n.2, p. 785-791, 2006.
- GARCIA, A. N. M; ROMANI, S. A. M.; LIRA, P. I. C. Indicadores antropométricos na avaliação nutricional de idosos: um estudo comparativo. **Revista de Nutrição**, v. 20, p. 371-378, 2007.
- GUEDES, A. C. B.; GAMA, C. R.; TIUSSI, A. C. R. Avaliação nutricional subjetiva do idoso: Avaliação Subjetiva Global (ASG) versus Mini Avaliação Nutricional (MAN®). **Comunicação em ciência e saúde**, p. 375-384, 2008.
- PAULA, H. A. A; OLIVEIRA, F. C. E.; SÃO JOSÉ, J. F. B. Avaliação do estado nutricional de pacientes geriátricos. **Revista de Nutrição**. v. 22 n. 4, p. 280-5, 2007.
- RAUEN, M. S; MOREIRA, E. A. M; CALVO, M. C. M; LOBO, A. S. Avaliação do estado nutricional do idoso institucionalizado. **Revista de Nutrição**, v. 21, n. 3, p. 303-10, 2008.
- PAIS, A. B; CARRERA, E. F. Necessidades básicas insatisfeitas, desnutrição infantil e risco de doenças na vida. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 27, p. 127-132, 2009.
- TRENTINI, C. M. A percepção de qualidade de vida do idoso avaliada por si próprio e pelo cuidador. **Estudos de Psicologia (Natal)**, v. 11, p. 191-197, 2006.
- MOURA, D. B.; BENETTI, F.; VOLKWEIS, D. AVALIAÇÃO DO ESTADO NUTRICIONAL E DO CONSUMO ALIMENTAR DE UM GRUPO DE IDOSOS. **Estudos Interdisciplinares em Saúde**, v. 7, p. 15, nov. 2018. ISSN 1.