

## ASSOCIAÇÃO ENTRE DESNUTRIÇÃO E QUALIDADE DE VIDA EM IDOSOS: UMA REVISÃO DE LITERATURA

**Emilly Stefany Holanda Alves**<sup>1</sup>

(Discente - Centro Universitário Fametro –Unifametro)

([emilly.alves@aluno.unifametro.edu.br](mailto:emilly.alves@aluno.unifametro.edu.br))

**Antonia Da Cruz Rodrigues Dos Santos**<sup>2</sup>

(Discente - Centro Universitário Fametro –Unifametro)

([antonia.santos09@aluno.unifametro.edu.br](mailto:antonia.santos09@aluno.unifametro.edu.br))

**Marcus César Façanha De Meneses**<sup>3</sup>

(Discente - Centro Universitário Fametro –Unifametro)

([marcus.meneses@aluno.unifametro.edu.br](mailto:marcus.meneses@aluno.unifametro.edu.br))

**Emanuele Barros Domingos**<sup>4</sup>

(Egressa - Centro Universitário Fametro –Unifametro)

([emanuele.barrosnutri@gmail.com](mailto:emanuele.barrosnutri@gmail.com))

**Karla Pinheiro Cavalcante**<sup>5</sup>

(Docente - Centro Universitário Fametro –Unifametro)

([karla.cavalcante@professor.unifametro.edu.br](mailto:karla.cavalcante@professor.unifametro.edu.br))

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

**Área de Conhecimento:** Ciências da Saúde

**Encontro Científico:** XIII Encontro de Iniciação à Pesquisa

### RESUMO

**Introdução:** O envelhecimento é um processo natural que aumenta a vulnerabilidade à desnutrição, impactando negativamente a saúde e a qualidade de vida dos idosos. **Objetivo:** Revisar na literatura científica a associação entre desnutrição e qualidade de vida em idosos. **Métodos:** Revisão de literatura realizada nos meses de agosto e setembro de 2025, nas bases PubMed e Scielo. Foram incluídos estudos publicados em português, inglês e espanhol entre 2020 e 2025, envolvendo idosos com ou sem doenças, que relacionassem o estado nutricional com a qualidade de vida. Após triagem, sete estudos atenderam aos critérios de inclusão. **Resultados:** Os estudos mostraram que a desnutrição está associada a escores mais baixos de qualidade de vida, afetando aspectos físicos, funcionais, emocionais e sociais. Idosos desnutridos apresentaram maior fadiga, dependência, inflamação sistêmica e declínio de reservas proteicas e musculares, independentemente do contexto clínico. Doenças crônicas intensificaram esses efeitos, aumentando complicações e tempo de internação. **Considerações finais:** A desnutrição é determinante na redução da qualidade de vida dos idosos, evidenciando a necessidade de triagem precoce, intervenções nutricionais adequadas e acompanhamento contínuo para preservar autonomia, funcionalidade e saúde dessa população.

**Palavras-chave:** Idoso; Desnutrição; Qualidade de vida.

### INTRODUÇÃO

O envelhecimento é um processo natural, irreversível e progressivo, caracterizado pela redução gradual da reserva funcional de órgãos e tecidos, bem como pelo aumento da vulnerabilidade a doenças e síndromes geriátricas (López-Otín *et al.*, 2019). Embora seja um fenômeno esperado da vida, esse processo traz consigo importantes desafios relacionados ao estado nutricional, tornando os idosos mais suscetíveis à desnutrição e às suas consequências.

A desnutrição em idosos pode ser agravada pela presença de doenças crônicas, fragilidade, polifarmácia, alterações do apetite, sarcopenia e limitações funcionais, fatores que repercutem negativamente na saúde e contribuem para a redução da qualidade de vida (Huang *et al.*, 2023; Xin *et al.*, 2024). Além dos fatores fisiológicos do envelhecimento, condições sociais e psicológicas como isolamento, depressão, dificuldades financeiras, disfagia, limitações mastigatórias e perda da autonomia também interferem no consumo alimentar e potencializam a vulnerabilidade nutricional (Bostrom *et al.*, 2011).

Essas situações levam a menor ingestão de nutrientes e desequilíbrio metabólico, o que se relaciona a maior morbimortalidade, maior susceptibilidade a infecções e menor percepção de qualidade de vida (Felix; Souza, 2009). A qualidade de vida, segundo a Organização Mundial da Saúde, é entendida como a percepção do indivíduo acerca de sua posição na vida, no contexto cultural e em relação a suas expectativas e objetivos. Trata-se de um conceito multidimensional que abrange dimensões físicas, psicológicas e sociais (WHO, 1995). No contexto do envelhecimento, a desnutrição interfere diretamente nesses domínios, reduzindo a autonomia, a capacidade funcional e a integração social do idoso. Para a compreensão dessa relação, diferentes estudos recorreram a instrumentos específicos, utilizados nesta revisão de literatura. O estado nutricional foi avaliado por ferramentas como o *Mini Nutritional Assessment* (MNA), *Subjective Global Assessment* (SGA) e *Malnutrition-Inflammation Score* (MIS), o Índice de Massa Corporal (IMC), as circunferências do braço e da panturrilha, marcadores bioquímicos como albumina sérica e proteína C-reativa (PCR) (Brzosko *et al.*, 2013). A qualidade de vida foi medida por questionários amplamente validados, como o *Short Form Health Survey-36* (SF-36), *Functional Assessment of Cancer Therapy: General* (FACT-G), *EuroQol-5D* (EQ-5D) e *Kidney Disease Quality of Life Short Form* (KDQOL-SFTM) (Teckle *et al.*, 2013).

Diante do exposto, compreender como a desnutrição impacta a qualidade de vida dos idosos, especialmente daqueles com comorbidades associadas, é fundamental para subsidiar intervenções em saúde que visem à manutenção da autonomia, à prevenção de complicações e

à melhoria do bem-estar nessa população. Assim, o presente estudo teve como objetivo revisar a literatura científica sobre a associação entre desnutrição e qualidade de vida em idosos.

## METODOLOGIA

Foi realizada uma Revisão de Literatura Narrativa tendo como pergunta norteadora “De que forma a desnutrição está associada à qualidade de vida em idosos?”. O levantamento científico foi feito nos meses de agosto e setembro do ano atual, nas bases de dados PubMed e Scielo.

Os critérios de inclusão foram estudos na combinação das línguas portuguesa, inglesa e espanhola publicados entre os anos de 2020 e 2025, que abordassem idosos (com ou sem doenças), relacionando o baixo estado nutricional com a qualidade de vida. Foram excluídos estudos não disponíveis na íntegra, revisões, duplicatas, monografias, TCC, capítulo de livro, editorial e carta, além de artigos que não trabalhassem com pessoas idosas.

Foram utilizados os seguintes descritores no DeCS (Descritores de Ciências da Saúde): “idoso”, “desnutrição” e “qualidade de vida” com a utilização dos operadores booleano “AND” e/ou “OR”. Após a leitura dos títulos e resumos, foram selecionados 20 artigos para uma análise mais aprofundada. Destes, apenas 7 trabalhos cumpriam todos os critérios de inclusão e foram utilizados para elaboração deste estudo.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Nos estudos incluídos foram analisados 5.542 idosos avaliados em países como Grécia, China, Brasil, Espanha, Palestina e Vietnã. Os sete selecionados nesta revisão apresentam recorte temporal dos últimos cinco anos, com publicações em 2021 (n=2), 2022 (n=1), 2023 (n=3) e 2024 (n=1). As pesquisas investigaram a relação entre estado nutricional e qualidade de vida em diferentes contextos: idosos com ou sem doenças não tratáveis. Para essa análise, usou-se marcadores de desnutrição como MNA, SGA e MIS, além do IMC e marcadores bioquímicos, como albumina e PCR. A qualidade de vida foi mensurada por instrumentos como SF-36, FACT-G, EQ-5D e KDQOL-SFTM.

No estudo de Papadopoulou *et al.* (2023), foram avaliados 3.405 idosos gregos, sem doenças graves não tratadas, com idade média de 74,6 anos. Na metodologia da pesquisa o estado nutricional foi avaliado através dos marcadores: MNA e IMC, enquanto a qualidade de vida foi medida pelo questionário SF-36. Os resultados indicaram que 10,4% dos idosos estavam desnutridos e 35,6% em risco de desnutrição, mostrando que quase metade da amostra

apresentava algum grau de má nutrição. Observou-se que indivíduos em pior estado nutricional apresentaram escores mais baixos no questionário SF-36, refletindo prejuízos na capacidade funcional, física, emocional e social ( $p < 0,001$ ).

De forma similar, um estudo realizado na China com 633 idosos hospitalizados com câncer evidenciou que a desnutrição compromete a qualidade de vida. Nesse estudo, 42,5% dos participantes apresentavam algum grau de desnutrição, avaliado pela SGA. Nesse cenário, a má nutrição foi associada a sintomas como inapetência, vômitos e fadiga, aumentando a incidência de infecções ( $p < 0,001$ ), prolongando o tempo de internação e impactando no diagnóstico clínico da amostra. Outros marcadores que avaliaram a desnutrição dessa amostra reforçaram esses achados, já que os pacientes desnutridos apresentaram níveis reduzidos de albumina ( $p = 0,001$ ) e maiores de PCR ( $p < 0,001$ ), associados a um quadro de inflamação e vulnerabilidade (Li *et al.*, 2022).

Corroborando com os achados de Li *et al.* (2022), Rios *et al.* (2021) identificaram que a desnutrição está diretamente associada à pior qualidade de vida em idosos oncológicos. Entre os 432 pacientes avaliados, 37,5% estavam em risco nutricional ou já desnutridos, impactando negativamente no escore de qualidade de vida, mensurado pelo FACT-G, principalmente relacionado ao físico, funcional e emocional desses indivíduos. O estudo demonstrou que os pacientes desnutridos apresentaram limitações nas atividades diárias, dependência de terceiros e saúde mental. Assim, ambos os estudos reforçam que a desnutrição em idosos oncológicos relaciona-se a piores desfechos clínicos e menor qualidade de vida, evidenciando a necessidade de triagem e intervenção nutricional precoce nessa população.

Em contexto diferente, Lemos *et al.* (2024) avaliaram 207 idosos em hemodiálise, entre 60 e 94 anos. O estado nutricional foi investigado pelo MIS, IMC e albumina sérica, enquanto a qualidade de vida foi medida pelo KDQOL-SFTM. Os resultados mostraram prevalência de 52,2% de desnutrição, sendo que idosos desnutridos apresentaram escores piores no KDQOL-SFTM, incluindo aspectos físicos, emocionais e sociais ( $p < 0,05$ ). Observou-se que o risco de desnutrição aumentava progressivamente com a idade e tempo de diálise, enquanto níveis adequados de albumina mostrou-se fator protetor.

De forma semelhante, Visiedo *et al.* (2022) investigaram 120 pacientes em hemodiálise, com idade média de 68 anos, e evidenciaram que a desnutrição é determinante de pior qualidade de vida. Nesse estudo, 62% dos indivíduos estavam em risco nutricional ( $MIS > 5$ ) e 55% já apresentavam risco nutricional, incluindo 20% com desnutrição energético-proteica grave. Pacientes em pior estado nutricional apresentaram escores mais baixos no KDQOL-SF,

principalmente nos domínios físico, emocional e de energia ( $p < 0,001$ ), confirmando que a má nutrição compromete saúde, disposição e bem-estar, independentemente da presença de outras doenças graves.

Esses achados são reforçados pelo estudo de Hafi *et al.* (2021), que analisou 118 pacientes palestinos diabéticos em hemodiálise, com idade média de 61 anos. Ao analisar a amostra, encontrou-se valores prevalentes de desnutrição (52,5% moderada, 44,1% leve e 3,4% grave). Além disso, verificou-se uma correlação negativa entre MIS e EQ-5D ( $p < 0,001$ ), indicando que quanto pior o estado nutricional, menor a qualidade de vida.

Por fim, Huynh *et al.* (2023) avaliaram 627 idosos da zona rural do Vietnã, com média de idade de 69 anos, a maioria mulheres, usando MNA-SF e SF-36 para análise nutricional e de qualidade de vida, respectivamente. Os valores encontrados mostraram que 7,3% estavam desnutridos e metade da amostra (50,2%) em risco de desnutrição. Além disso, indivíduos em pior estado nutricional apresentaram escores mais baixos em todos os domínios do SF-36 ( $p < 0,001$ ), reforçando a associação entre má nutrição e redução da qualidade de vida.

Assim, observa-se que, independentemente dos diferentes contextos clínicos: idosos saudáveis (Papadopoulou *et al.*, 2023; Huynh *et al.*, 2023), hospitalizados (Li *et al.*, 2022; Rios *et al.*, 2021) ou com doenças crônicas (Lemos *et al.*, 2024; Visiedo *et al.*, 2022; Hafi *et al.*, 2021), mostram que há uma relação negativa entre a desnutrição e a qualidade de vida, estando associada a prejuízos funcionais, sociais e emocionais, confirmando que ela é um fator determinante para a redução do bem-estar de idosos, comprovando seu impacto nessa fase da vida. Além disso, doenças como câncer, insuficiência renal e diabetes intensificam esses efeitos, mostrando que o estado nutricional precário compromete a resposta ao tratamento, podendo aumentar o tempo de hospitalização.

Os marcadores avaliados nesses estudos mostram que a desnutrição está associada à inflamação sistêmica (PCR elevada), redução das reservas proteicas e musculares (baixa albumina) e declínio das funções físicas, gerando a diminuição da força, maior dependência, limitação para atividades diárias, pior cognição e saúde emocional. Tais fatores reduzem a capacidade de enfrentamento e a participação social, ampliando a perda da qualidade de vida em idosos (Li *et al.*, 2022; Lemos *et al.*, 2024; Visiedo *et al.*, 2022). Assim, todos os estudos reforçam a necessidade de triagem nutricional precoce e intervenções adequadas, de forma a minimizar os prejuízos associados e melhorar a qualidade de vida nessa população.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os estudos analisados mostram que a desnutrição em idosos compromete significativamente sua qualidade de vida. Com o estado nutricional comprometido, naturalmente surgem dificuldades físicas, emocionais e sociais, que comprometem a autonomia e a disposição para atividades diárias, reduzindo a dignidade dessa fase da vida. Portanto, tanto em idosos saudáveis quanto com doenças crônicas não tratáveis, a desnutrição está relacionada à fragilidade, ao cansaço, à dependência de familiares e a baixa qualidade de vida, confirmando assim, a importância de cuidar da nutrição do idoso.

Entretanto, é importante considerar algumas limitações dos trabalhos encontrados, como o fato de muitos terem a metodologia de corte transversal e usarem diferentes métodos de avaliação, o que pode dificultar a comparação entre os resultados. Apesar disso, os achados mostram a necessidade de investir em triagem nutricional precoce, intervenções adequadas e acompanhamento contínuo.

Ademais, novos estudos são necessários para aprofundar a compreensão dessa relação e apoiar o desenvolvimento de estratégias mais eficazes de cuidado nutricional. Além disso, para outras pesquisas futuras, é essencial realizar estudos longitudinais com mais idosos, testando intervenções nutricionais que ajudem a prevenir complicações, promover autonomia e melhorar a qualidade de vida dessa população.

## REFERÊNCIAS

BOSTRÖM, A. M.; SOEST, D. V.; KOLEWASKI, B.; MILKE, D. L.; ESTABROOKS, C. A. Nutrition status among residents living in a veterans' long-term care facility in Western Canada: a pilot study. **Journal of the American Medical Directors Association**, v. 12, n. 3, p. 217-225, 2011.

BRZOSKO, S.; HRYSZKO, T.; KŁOPOTOWSKI, M.; MYŚLIWIEC, M. Validation of Mini Nutritional Assessment Scale in peritoneal dialysis patients. **Archives of medical science: MAS**, v. 9, n. 4, p. 669–676, 2013.

FELIX, L. N.; SOUZA, E. M. T. Avaliação nutricional de idosos em uma instituição por diferentes instrumentos. **Revista de Nutrição**, v. 22, n. 4, p. 571-580, 2009.

HUANG, L. *et al.* Characteristics and in-hospital outcomes of elderly patients with cancer in a top-ranked hospital in China, 2016-2020: real-world study. **Cancer Medicine**, v. 12, n. 3, p. 2885-2905, 2023.

HUYNH, N. T. H.; NGUYEN, T. T. T.; PHAM, H. K. T.; HUYNH, N. T. H.; NGUYEN, N. T.; CAO, N. T.; DUNG, D. V. Malnutrition, Frailty, and Health-Related Quality of Life Among Rural Older Adults in Vietnam: A Cross-Sectional Study. **Clinical interventions in aging**, v. 18, n. 1, p. 677–688, 2023.

KHAFI, E.; SORADI, R.; DIAB, S.; SAMARA, A. M.; SHAKHSHIR, M.; ALQUB, M.; ZYOUD, S. H. Nutritional status and quality of life in diabetic patients on hemodialysis: a cross-sectional study from Palestine. **Journal of health, population, and nutrition**, v. 40, n. 1, p. 30, 2021.

LEMONS, K. C. R.; GARCIA, A. N. M.; SANTOS, T. O. C. D.; VIEIRA, N. F. L.; SANTOS, A. C. O. D. Associação entre o escore de desnutrição-inflamação (MIS) e qualidade de vida em pacientes idosos em hemodiálise. **Jornal brasileiro de nefrologia**, v. 46, n. 4, e2023017, 2024.

LI, W.; YANG Y.; LI, Z.; CHEN, W. Effect of malnutrition and nutritional support to reduce infections in elderly hospitalized patients with cancer: A multicenter survey in China. **Nutrition**, v. 106, n. 2, p. 2-6, 2023.

LÓPEZ-OTÍN, C. *et al.* Hallmarks of aging: an expanding universe. **Cell**, v. 186, n. 2, p. 243-278, 2023.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. The World Health Organization Quality of Life assessment (WHOQOL): position paper from the World Health Organization. **Social Science & Medicine**, v. 41, n. 10, p. 1403-1409, 1995.

PAPADOPOULOU, S. K.; MANTZOROU, M.; VOULGARIDOU, G.; PAVLIDOU, E.; VADIKOLIAS, K.; ANTASOURAS, G.; VORVOLAKOS, E. P.; VASIOS, G. K.; SERDARI, E. P.; GIAGINIS, C. Nutritional Status Is Associated with Health-Related Quality of Life, Physical Activity, and Sleep Quality: A Cross-Sectional Study in an Elderly Greek Population. **Nutrients**, v. 15, n. 2, p. 443, 2023.

RIOS, T. C.; OLIVEIRA, L. P. M.; COSTA, M. L. V.; BOULHOSA, R. S. S. B.; RORIZ, A. K. C.; RAMOS, L. B.; BUENO, A. A.; A poorer nutritional status impacts quality of life in a sample population of elderly cancer patients. **Health and quality of life outcomes**, v. 19, n. 1, p. 90, 2021.

TECKLE, P.; MCTAGGART-COWAN, H.; VAN DER HOEK, K. CHIA, S.; MELOSKY, B.; GELMON, K.; PEACOCK, S. Mapping the FACT-G cancer-specific quality of life instrument to the EQ-5D and SF-6D. **Health and quality of life outcomes**, v. 11, n. 3, p. 203, 2013.

VISIEDO, L.; REY, L.; RIVAS, F.; LÓPEZ, F.; TORTAJADA, B.; GIMÉNES, R.; ABILÉS, J. The impact of nutritional status on health-related quality of life in hemodialysis patients. **Scientific reports**, v. 12, n. 1, p. 3029, 2022.

XIN, X. *et al.* The effect of self-designed metabolic equivalent exercises on cancer-related fatigue in patients with gastric cancer: a randomized controlled trial. **Cancer Medicine**, v. 13, n. 9, p. e7085, 2024.

ZHANG, W.; QU, J.; LIU, G. H.; BELMONTE, J. C. I. The ageing epigenome and its rejuvenation. **Nature Reviews Molecular Cell Biology**, v. 21, n. 3, p. 137-150, 2020.