



## AVALIAÇÃO NUTRICIONAL DE ÍNDIVIDUOS IDOSOS

Flávia Regina Moleiro<sup>1</sup>, Rose Mari Bennemann<sup>2</sup>

**RESUMO:** O aumento da expectativa de vida acarretou aumento do número de idosos na população. O Brasil está passando por um processo de envelhecimento rápido e intenso. A evolução da população geriátrica brasileira crescerá 3,22 vezes até o ano de 2025, o número de indivíduos acima de 65 anos aumentará 8,9 vezes e acima de 80 anos, 15,6 vezes. O objetivo deste trabalho foi avaliar o estado nutricional de indivíduos idosos. O presente estudo terá participação de idosas com idade igual ou superior a 60 anos, residentes do Asilo São Vicente de Paulo e do Asilo Lar dos Velinhos. A avaliação do estado nutricional foi realizada através da antropometria, os dados foram analisados de forma quantitativa. Utilizou-se como referência valores apresentados por Menezes e Marucci (2005), estudo realizado em instituições para idosos na cidade de Fortaleza, estado do Ceará. Para a avaliação do risco para doença cardiovascular, foi utilizado o ponto de referência da OMS, pois não existe valores de referência para idosos. Os resultados obtidos através deste trabalho foram que as idosas de ambos asilos apresentaram excesso de peso e obesidade. A presença de idosas com massa muscular aumentada foi maior no Asilo São Vicente de Paulo do que as idosas do Asilo Lar dos Velinhos. Os dados obtidos através da relação cintura quadril demonstraram que as idosas de ambos os asilos apresentam risco para doença cardiovascular, sendo este um dos fatores de risco para mortalidade.

**PALAVRAS-CHAVE:** Idoso; Sobrepeso; Obesidade.

### 1 INTRODUÇÃO

A população mundial vem apresentando alteração, devido o aumento da expectativa de vida dos idosos. Segundo Campos et al. (2000), o Brasil está passando por um processo de envelhecimento rápido e intenso. A evolução da população geriátrica brasileira crescerá 3,22 vezes até o ano de 2025, os indivíduos acima de 65 anos aumentará 8,9 vezes e acima de 80 anos, 15,6 vezes.

O envelhecimento é um processo natural, apresentam várias alterações corporais, uma das características é o aumento do tecido gorduroso e diminuição da massa magra. Além disso, os idosos sofrem alterações fisiológicas que influenciam na digestão, absorção e na utilização de nutrientes. Um outro fator importante é a prevalência de obesidade e desnutrição nesta população.

De acordo com Campos et al. (2000), o baixo poder aquisitivo é um valor relevante na aquisição de alimentos mais acessíveis comprometendo conseqüentemente a aquisição de alimentos de maior valor nutritivo e a diversificação do consumo levando conseqüentemente a monotonia da alimentação.

A situação socioeconômica, ambiente familiar, idade, sendo esses uns dos fatores que influencia na alteração nutricional. Segundo Aranceta-Bartrina (1998), a integração social é um fator que tem papel relevante na modificação do consumo alimentar do idoso.

<sup>1</sup>Acadêmica do curso de Nutrição do Centro Universitário de Maringá – CESUMAR, Maringá – PR  
flavia\_moleiro@yahoo.com.br.

<sup>2</sup>Docente do curso de Nutrição do Centro Universitário de Maringá – CESUMAR. rosemaricesumar.br

A solidão familiar e social predispõe o idoso á falta de ilusão e preocupação consigo, fazendo com que se alimente de forma inadequada em quantidade e qualidade. Devido a essas alterações se faz necessário uma avaliação nutricional para que se possa classificar o estado do idoso. Segundo a OMS, irá utilizar o índice de massa corporal (IMC), através deste poderá verificar e determinar o estado nutricional.

## 2 MATERIAL E MÉTODOS

O estudo foi transversal com coleta de dados primários. Foi avaliado o estado nutricional e o risco de doença cardiovascular de idosas com idade igual ou superior a 60 anos, residentes do Asilo São Vicente de Paulo e do Asilo Lar dos Velinhos.

Utilizou-se como referência os valores apresentados por Menezes e Marucci (2005), no estudo realizado em instituições para idosos na cidade de Fortaleza, Estado do Ceará.

Para as variáveis IMC, PCT e CB foram estabelecidos os seguintes pontos de corte para a avaliação do estado nutricional: idosos que apresentarem valores menores que o percentil 5, com risco para desnutrição quando os valores de referencia apresentarem entre o percentil 5 a 25, com risco para eutrofia quando os valores apresentarem entre o percentil 25 a 75, com risco para sobrepeso quando os valores apresentarem entre o percentil > 75 a 95, com risco para obesidade quando os valores apresentarem maior ou igual que o percentil 95.

Para a variável CMB, foram estabelecidos os seguintes pontos de corte: idosos que apresentarem valores menores que o percentil 5 foram considerados desnutridos, entre o percentil 5 a <25 com risco para desnutrição; entre o percentil 25 a 75 massa muscular adequada; >75 com massa muscular aumentada. Para a estimativa da AMBc foi realizada a partir das equações propostas por Heymsfield et al. (1982):

$$\frac{\text{Mulheres: } [CB(\text{cm}) - (\pi \times PCT(\text{cm}))]^2 - 6,5}{4\pi}$$

## 3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram avaliadas as medidas antropométricas de 26 idosas, sendo 13 do Asilo São Vicente de Paulo (Tabela 1) e 13 do Asilo Lar dos Velinhos (Tabela 2).

A idade das idosas variou de 60 a 100 anos, e a média etária foi de 75 anos. A avaliação do estado nutricional do idoso é considerada complexa em razão das mudanças fisiológicas no envelhecimento os quais necessitam ser investigados, detalhadamente (SAMPAIO et al, 2004). Das idosas avaliadas segundo a classificação do índice de massa corporal (IMC), 27,0% apresentaram peso adequado, 26,9% apresentaram excesso de peso e 34,6% apresentaram obesidade. A obesidade é considerada um importante problema de saúde pública em países desenvolvidos e é considerada uma epidemia global pela Organização Mundial da Saúde (OMS). A obesidade esta associada a doenças como hipertensão arterial, doença cardíaca, diabetes melitus tipo 2 e alguns tipos de câncer (ABRANTES et al, 2003).

Ao analisar a circunferência do braço (CB), 42,3% das idosas apresentaram peso adequado e 39,0% apresentaram excesso de peso. A medida da prega cutânea tricipital (PCT). Verificou que 84,6% apresentaram peso adequado e apenas 11,5% apresentaram

risco para desnutrição. A medição da prega cutânea constitui o meio mais conveniente para estabelecer a quantidade de gordura corpórea.

Os resultados obtidos através da relação cintura quadril (RCQ) demonstraram que, 69,0% das idosas apresentaram risco para doença cardiovascular. As doenças cardiovasculares são variáveis consideradas um grande fator de risco para a mortalidade das idosas. As variáveis da área muscular do braço corrigido (AMBc) e a circunferência muscular do braço (CMB), são indicadores de massa muscular. Ao analisar a AMBc, 50,0% das idosas apresentaram massa muscular aumentada e 30,7% apresentaram massa muscular adequada. Os valores da CMB demonstraram que 57,6% das idosas apresentaram massa muscular aumentada e 31,0% apresentaram massa muscular adequada. Massa muscular aumentada e massa muscular adequada não são resultados muito freqüentes em outros estudos, já que na maioria destes os resultados demonstram declínio de massa muscular. Com o envelhecimento, normalmente ocorre aumento na gordura corporal total e redução do tecido muscular. As modificações no tecido muscular ocorrem, principalmente, em virtude da diminuição da atividade e da taxa metabólica basal (SAMPAIO et al., 2004).

A média etária das idosas do Asilo São Vicente de Paulo foi de 75 anos. Das idosas avaliadas no Asilo São Vicente de Paulo segundo classificação do índice de massa corporal (IMC), 38,4% das idosas apresentaram obesidade, 31,0% peso adequado e 15,3% apresentaram excesso de peso e risco para desnutrição. Alterações na composição corporal com modificações significativas da quantidade e distribuição da gordura no organismo ocorrem com o processo de envelhecimento (CURIATI et al., 1994).

No Asilo São Vicente de Paulo a relação cintura quadril que esta relacionada com a adiposidade demonstrou que 69,0% das idosas apresentaram risco para doença cardiovascular. O envelhecimento leva a redistribuição de gordura abdominal entre as mulheres (Santos et al, 2005).

Ao analisar a prega cutânea tricípital, 77,0% apresentaram peso adequado e apenas 15,3% foram classificados com desnutrição. Os valores da circunferência do braço demonstraram que 38,4% das idosas apresentaram excesso de peso, 31,0% apresentaram peso adequado e 15,3% apresentaram desnutrição. Ao analisar a medida da circunferência muscular do braço, 62,0% apresentaram massa muscular aumentada e 23,0% apresentaram massa muscular adequada. O presente resultado é diferente dos resultados encontrados na literatura. A maior parte dos trabalhos observa - se um declínio na massa corporal magra principalmente da massa muscular, que é a maior reserva proteínicas no corpo (SABE et al., 2003).

Pela área muscular do braço corrigida, uma das variáveis utilizadas como indicador de massa muscular, 54,0% das idosas apresentaram massa muscular aumentada e 15,3% massa muscular adequada.

A idade das idosas do Asilo Lar dos Velhinhos variou de 64 a 84 anos, a média etária foi de 74 anos. Das idosas avaliadas no Asilo Lar dos Velhinhos segundo classificação do índice de massa corporal, 38,4% apresentaram excesso de peso, 31,0% obesidade e 23,0% apresentaram peso adequado. Os valores de índice de massa corporal aumentam com a idade enquanto diminuem a estatura e a quantidade de massa magra (SANTOS et al., 2005).

Ao analisar a circunferência do braço, 54,0% foram classificados com peso adequado, 38,4% excesso de peso. Os valores obtidos através da prega cutânea tricípital demonstraram que 92,3% das idosas apresentavam peso adequado e apenas 7,6% apresentavam desnutrição.

A relação cintura quadril é utilizada para identificar adiposidade visceral e risco para doença cardiovascular. Das idosas avaliadas no presente asilo, 69,2% apresentaram

risco para doença cardiovascular. Observa-se que os valores encontrados são semelhantes do Asilo São Vicente de Paulo.

Os resultados obtidos através da medida da relação cintura quadril mostraram que houve predomínio de obesidade central, sendo preditora da mortalidade em idosas (CABRERA et al., 2005). Os valores da circunferência muscular do braço e da área muscular do braço corrigido são indicativos de massa muscular. Ao analisar os valores representados pela circunferência muscular do braço pode se verificar que 54,0% apresentaram massa muscular aumentada e 38,4% apresentaram massa muscular adequada. Enquanto que 46,1% das idosas apresentaram massa muscular adequada segundo classificação da AMBc.

Tabela 1. Média das medidas antropométricas dos idosos do Asilo São Vicente de Paulo.

Sexo Feminino	Média X
CB(cm)	29,0
PCT(mm)	19,0
IMC(Kg/m <sup>2</sup> )	29,3
AMBc(cm <sup>2</sup> )	33,4
CMB(cm)	22,9
RCQ	0,8

Tabela 2. Média das medidas antropométricas dos idosos do Asilo Lar dos Velhinhos.

Sexo Feminino	Média X
CB(cm)	28,4
PCT(mm)	20,5
IMC(Kg/m <sup>2</sup> )	29,2
AMBc(cm <sup>2</sup> )	29,2
CMB(cm)	22,0
RCQ	0,89

#### 4 CONCLUSÃO

Os dados apresentados demonstram que a maioria das idosas apresentaram obesidade e excesso de peso.

As idosas de ambos os asilos apresentaram risco para doença cardiovascular, cujo aumento demonstra ser um fator de risco para morbidade e para o aparecimento de doenças crônicas não transmissíveis. Deve se ressaltar que as idosas do Asilo São Vicente de Paulo e do Asilo Lar dos Velhinhos apresentaram massa muscular aumentada.

Apesar dos resultados encontrados, sugere se que estudos sejam realizados para obter conhecimento sobre o estado nutricional deste grupo de idosas asiladas. Para que se possa ter uma melhoria na qualidade de vida desta população.

#### REFERÊNCIAS

ABRANTES, Marcelo Militão; LAMOUNIER, Joel Alves; COLOSIMO, Enrico Antonio. Prevalência de sobrepeso e obesidade nas regiões Nordeste e Sudeste do Brasil. **Revista da Associação Médica Brasileira**, São Paulo, v.49, n.2, p. 1-12, abr/jun. 2003

BARBOSA, A.R; SOUSA, J.M.P; LEBRÃO, M.L; LAURENTI, R; MARUECI, M.F.N. Anthropometry of the elderly. Living in São Paulo, Brasil. *Caderno de Saúde Pública*, 2005.

CAMPOS, Maria Teresa Fialho de Sousa; MONTEIRO, Josefina Bressan Resende; ORNELAS, Ana Paula Rodrigues de Castro. Fatores que afetam o consumo alimentar e a nutrição do idoso. **Revista de Nutrição**, Campinas, v.13, n.3 p.1 – 15, Set/Dec. 2000.

MARCOPITO, Luiz Francisco; RODRIGUES, Sérgio São Fins; PACHECO, Maria Aparecida; SHIRASSU, Mirian Matsura; GOLDFEDER, Artur Jaques; MORAES, Marco Antonio. Prevalência de alguns fatores de risco para doenças crônicas na cidade de São Paulo. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v.39, n.5, p. 1 – 11, out.2005.

MOHAN, L. Kathleen; STUMP, Sylvia Escott. **Alimentos, nutrição e dietoterapia**. 10 ed. São Paulo: Roca, 2002.

NETO, Faustino Teixeira. **Nutrição Clínica**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2003.

OLIVEIRA J.E. Dutra; MARCHINI, J.Sérgio. **Ciências nutricionais**. São Paulo: Sarvier, 1998.

PAPALÉO, Matheus Netto. **A velhice e o envelhecimento em visão globalizada**

PECHENPAUGH, Nancy J, POLEMAN, M. Charlotti. **Nutrição essência e Dietoterapia**. 7ed. São Paulo: Roca, 1997

SANTOS, Débora Martins; SICHIERI, Rosely. Índice de massa corporal e indicadores antropométricos de adiposidade em idosos. **Revista de Saúde Pública**, v.39, n.2, p. 1 – 8, abr. 2005.