

P.28

Avaliação do estado nutricional de idosos de um lar do nordeste transmontano

Patrícia Dinis Gonçalves¹, Marisa Daniela Sousa¹, Ana Alexandra Azevedo¹, Juliana Almeida-de-Souza²

1 - Escola Superior de Saúde | Instituto Politécnico de Bragança,

2 - Escola Superior de Saúde | Instituto Politécnico de Bragança |

Departamento das Tecnologias de Diagnóstico e Terapêutica

Correspondência: p_dinis_goncalves@hotmail.com

CONCLUSÕES: Os resultados obtidos contradizem a literatura. Efetivamente, grande parte dos estudos não encontram qualquer relação entre a frequência das refeições e o peso, e, quando encontram, essa relação é inversa. Isto é, quanto maior o número de refeições menor o peso. Nesta amostra, comer mais vezes pode implicar um maior consumo energético, uma vez que o padrão alimentar da região onde foi realizado o estudo, é bastante característico o consumo excessivo de produtos ricos em proteína e lípidos (enchidos, fumados, posta mirandesa), bem como, hidratos de carbono (pão), factos confirmados através da análise dos hábitos alimentares da amostra estudada.

INTRODUÇÃO: Os idosos são mais suscetíveis a uma nutrição inadequada, sendo maior o risco de desenvolver défices ou excessos nutricionais levando a um estado de desnutrição ou obesidade respetivamente. Os problemas nutricionais devem-se a alterações que ocorrem neste período fisiológico da vida como: composição corporal, desenvolvimento de patologias, alteração da função sensitiva (olfato e paladar), perda de dentição, deterioração cognitiva, polimedicação, sedentarismo. Com a finalidade de prevenir problemas nutricionais é necessário a realização de rastreios a fim de promover um envelhecimento com qualidade de vida. Este trabalho teve como objetivo avaliar o estado nutricional de idosos de um lar do nordeste transmontano.

MATERIAL E MÉTODOS: Realizou-se um estudo quantitativo num centro social do Nordeste transmontano. A amostra foi constituída por 20 indivíduos, 15 mulheres e 5 homens com idade média de $81,1 \pm 6,0$ (93;68) anos. Para a avaliação do estado nutricional foi utilizado o questionário MNA(1994) constituído por 2 partes, a triagem e a avaliação global. Na triagem os indivíduos que obtiveram doze pontos ou mais terminaram a avaliação, os restantes com onze pontos ou menos avançavam para a avaliação global, sendo considerados desnutridos os que obtivessem um valor inferior a 17 pontos. O IMC foi classificado segundo Nutritional Screening Intervention (1994). Os dados foram tratados no programa SPSS.

RESULTADOS E DISCUSSÃO: A amostra em estudo possuía um peso $65 \pm 12,22$ (84;41) e altura $1,53 \pm 0,10$ (1,72;1,53). Em relação ao IMC, 2 indivíduos apresentavam baixo peso, 8 eram eutróficos e 10 apresentavam excesso de peso. Após a aplicação do questionário MNA, verificou-se que 5 indivíduos passaram à avaliação global e apresentavam uma diminuição da ingesta nos últimos 3 meses. No que diz respeito, ao consumo de medicamentos a maioria consumia mais de três medicamentos por dia. Em relação ao consumo de líquidos e fruta diária verificou-se um consumo deficitário. Através da pontuação final do questionário "estado nutricional" verificou-se que nenhum indivíduo apresentava desnutrição.

CONCLUSÃO: O presente trabalho avaliou o estado nutricional de indivíduos através do MNA, sendo este um instrumento não invasivo e de fácil aplicação. Conclui-se que nenhum indivíduo apresenta desnutrição. Neste sentido, é necessário rastreios nutricionais frequentes para avaliar precocemente o estado nutricional uma vez que é nesta faixa etária que ocorrem diversas modificações.