

# Estado Nutricional e Características Sociodemográficas em Idosos Residentes na Comunidade

Parente, Alexandra<sup>1</sup>; Mata Augusta<sup>2</sup>; Pereira, Ana<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Unidade Local de Saúde do Nordeste- Centro de Saúde Santa Maria de Bragança

<sup>2</sup>Instituto Politécnico de Bragança-Escola Superior de Saúde

**Palavras Chave:** Idosos; Estado Nutricional, Mini Nutritional Assessment.

## Introdução

O envelhecimento é um processo biológico inevitável, no qual há uma progressiva deterioração da função fisiológica, resultando numa perda da viabilidade e aumento da vulnerabilidade ( Sequeira, 2010). Este declínio insidioso conduz a uma diminuição da capacidade do organismo se adaptar ao meio ambiente. Em virtude das constantes exposições dos idosos aos riscos nutricionais e pela natureza social e hedónica da alimentação a avaliação nutricional deve fazer parte da avaliação geriátrica (Filho & Gorzoni,2008). Segundo evidências epidemiológicas é possível concluir que o risco de inúmeras patologias associadas ao envelhecimento pode ser minimizado por uma intervenção adequada ao nível dos estilos de vida (Kravchenko,2008). O rastreio do estado nutricional dos indivíduos idosos com a implementação de estratégias que melhorem o seu estado nutricional, são assim fatores chave para a promoção de um envelhecimento saudável exigindo a presença de ações multidisciplinares e transversais à dinâmica sociodemográfica.

## Objetivos /Métodos

Avaliar o estado nutricional segundo as características sociodemográficas dos idosos inscritos no Centro de Saúde Santa Maria de Bragança. Estudo observacional, analítico, transversal. A amostra é composta por 385 idosos, com distribuição proporcional à representação por sexo e faixa etária da população. Para a colheita de dados utilizou-se um formulário com características sociodemográficas e o Mini Nutritional Assessment (MNA®).

## Resultados

A amostra é composta por 385 utentes com pelo menos 65 anos, dos quais 56,4% (n=217) são mulheres e 43,6% (n=168) são homens. Relativamente à variável idade, constata-se uma idade média de 76,39 anos com desvio padrão de 7,18 anos, a partir de um mínimo de 65 e de um máximo de 98 anos. Sendo a idade média das mulheres de 76,77 anos com desvio padrão de 7,34 anos e nos homens a média é de 75,90 anos com desvio padrão de 6,96 anos( Quadro1).

Através da avaliação global MNA®, classificam-se 3 (0,8%) idosos em estado desnutrido (uma mulher e dois homens) e 93 (24,16%) em risco de desnutrição (55 mulheres e 38 homens) (Quadro 2).

Após a caracterização sociodemográfica da amostra (Quadro 3), e de acordo com o estado nutricional constata-se que o estado nutricional dos idosos está significativamente associado com o estado civil ( $p<0,001$ ), as habilitações literárias ( $p=0,002$ ), a coabitação ( $p<0,001$ ) e a percepção de solidão ( $p<0,001$ ). Aqueles que apresentam maiores probabilidades de estado nutricional normal são os idosos casados ou que vivem em união de facto ( $OR=2,925$ ) e que possuem habilitações literárias ( $OR=2,287$ ). O facto de o idoso viver sozinho ( $OR=4,777$ ), coabitar com o cônjuge ( $OR=8,350$ ) ou com familiares ( $OR=3,456$ ), potencia significativamente a possibilidade de estado nutricional normal face aos idosos que vivam noutra situação ( Quadro 4).

**Quadro 1** - Distribuição da amostra por sexo e faixa etária

Faixa etária	Feminino N (%)	Masculino N (%)	Total N (%)
65 a 74 anos	93 (42,9)	87 (51,8)	180 (46,8)
75 a 84 anos	87 (40,1)	60 (35,7)	147 (38,2)
Com 85 ou mais anos	37 (17,1)	21 (12,5)	58 (15,1)
<b>Total</b>	<b>217 (100)</b>	<b>168 (100)</b>	<b>385(100)</b>

**Quadro 2** - Caracterização da Avaliação Global MNA® por sexo e faixa etária

	Faixa etária	Desnutridos N (%)	Risco desnutrição N (%)	Estado nutricional normal N (%)	Total N (%)
Feminino	65 a 74 anos	0 (0,0)	14 (15,1)	79 (27,3)	93 (24,2)
	75 a 84 anos	0 (0,0)	28 (30,1)	59 (20,4)	87 (22,6)
	≥85 anos	1 (33,3)	13 (14,0)	23 (8,0)	37 (9,6)
	<b>Total</b>	<b>1 (33,3)</b>	<b>55 (59,1)</b>	<b>161 (55,7)</b>	<b>217 (56,4)</b>
Masculino	65 a 74 anos	2 (66,7)	21 (22,6)	64 (22,1)	87 (22,6)
	75 a 84 anos	0 (0,0)	12 (12,9)	48 (16,6)	60 (15,6)
	≥85 anos	0 (0,0)	5 (5,4)	16 (5,5)	21 (5,5)
	<b>Total</b>	<b>2 (66,7)</b>	<b>38 (40,9)</b>	<b>128 (44,3)</b>	<b>168 (43,6)</b>
<b>Total</b>	<b>3 (100)</b>	<b>93 (100)</b>	<b>289 (100)</b>	<b>385 (100)</b>	

**Quadro 3** - Caracterização sociodemográfica da amostra

Variáveis	N	%	
Estado civil	Solteiro	18	4,7
	Casado/União de facto	242	62,9
	Divorciado/Separado	15	3,9
	Viúvo	110	28,6
	<b>Total</b>	<b>385</b>	<b>100,0</b>
Residência	Rural	199	51,7
	Urbana	186	48,3
	<b>Total</b>	<b>385</b>	<b>100,0</b>
Habilitações Literárias	Sem estudos	100	26,0
	Inferior a 4 anos	136	35,3
	4 anos	111	28,8
	6 anos	35	9,1
	Pelo menos 9 anos	3	0,8
	<b>Total</b>	<b>385</b>	<b>100,0</b>
Coabitação	Sozinho	95	24,7
	Cônjuge	203	52,7
	Cônjuge e filhos	35	9,1
	Filho/nora/genro/netos	27	7,0
	Outros familiares	11	2,9
	Outra situação	14	3,6
<b>Total</b>	<b>385</b>	<b>100,0</b>	
Solidão	Sempre	39	10,1
	Muitas vezes	95	24,7
	Algumas vezes	75	19,5
	Quase nunca	94	24,4
	Nunca	82	21,3
	<b>Total</b>	<b>385</b>	<b>100,0</b>

**Quadro 4** -- Caracterização do estado nutricional segundo o MNA® em função das variáveis sociodemográficas

Variáveis sociodemográficas	Estado Nutricional		Total fo(fe)	Qui-quadrado ET(p)	Odds ratio OR (p)
	Risco desnutrição	Sem risco desnutrição			
	fo(fe)	fo(fe)			
Sexo	Feminino	56 (54,1)	161 (162,9)	217 (217)	0,202 (0,722)
	Masculino	40 (41,9)	128 (126,1)	168(168)	
	<b>Total</b>	<b>96 (96)</b>	<b>289 (289)</b>	<b>385 (385)</b>	
Faixa etária	De 65 a 74	37 (44,9)	143 (135,1)	180 (180)	4,148 (0,127)
	De 75 a 84	40 (36,79)	107 (110,3)	147 (147)	
	≥ 85 anos	19 (14,5)	39 (43,5)	58 (58)	
	<b>Total</b>	<b>96 (96)</b>	<b>289 (289)</b>	<b>385 (385)</b>	
Estado Civil <sup>1</sup>	S/D/S	13 (8,2)	20 (24,8)	33 (33)	16,086 (<0,001)
	C/Uf	44 (60,3)	198 (181,7)	242 (242)	
	Viúvo	39 (27,4)	71 (82,6)	110 (110)	
	<b>Total</b>	<b>96 (96)</b>	<b>289 (289)</b>	<b>385 (385)</b>	
Habilitações Literárias	Sem estudos	72 (58,8)	164 (177,2)	236 (236)	10,120 (0,002)
	Com estudos	24 (37,2)	125 (111,8)	149 (149)	
	<b>Total</b>	<b>96 (96)</b>	<b>289 (289)</b>	<b>385 (385)</b>	
Residência	Rural	54 (49,6)	145 (149,4)	199 (199)	1,066 (0,346)
	Urbano	42 (46,4)	144 (139,6)	186 (186)	
Coabitação	Total	96 (96)	289 (289)	385 (385)	20,888 (0,000)
	Sozinho	26 (23,7)	69 (71,3)	95 (95)	
	Cônjuge	36 (50,6)	167 (152,4)	203 (203)	
	Familiares	25 (18,2)	48 (54,8)	73 (73)	
	Outra Situação	9 (3,5)	5 (10,5)	14 (14)	
	<b>Total</b>	<b>96 (96)</b>	<b>289 (289)</b>	<b>385 (385)</b>	
Solidão	Habitualmente	54 (33,4)	80 (100,6)	134 (134)	31,558 (<0,001)
	Às vezes	20 (18,7)	55 (56,3)	75 (75)	
	Raramente	22 (43,9)	154 (132,1)	176 (176)	
	<b>Total</b>	<b>96 (96)</b>	<b>289 (289)</b>	<b>385 (385)</b>	

<sup>1</sup>S/D/S- Solteiro/Divorciado/Separado ; C/Uf-Casado/União de Facto

## Conclusões

Considerando que a malnutrição constitui um dos principais determinantes de doença e diminuição da qualidade de vida (Elia & Stratton,2005) e analisando os resultados obtidos, evidencia-se a importância da avaliação do estado/ risco nutricional dos idosos na perspectiva de prevenir e controlar a malnutrição. É necessário o delineamento de estratégias e a implementação de procedimentos que permitam o seu diagnóstico, promovendo-se a adoção de comportamento saudáveis, de forma a preservar a integração deste grupo na sociedade, sem descurar a identificação e rastreamento das alterações sociodemográficas.

## Referências Bibliográficas

- Elia, M. & Stratton, R. (2005). *The costs associated with disease-related malnutrition in the UK and economic considerations for the use oral nutritional supplements in adult*. In: Health economic report on malnutrition in the UK. Bapen.
- Filho, W. & Gorzoni, M.L. (2008). *Geriatrics and Gerontology. O que todos devemos saber*. 1ª ed. Editora Roca; p. 63 – 83.
- Kravchenko, J. (2008). *Nutrition and the Elderly*. In B Caballero, L Allen, A Prentice. *Encyclopedia of Human Nutrition*. Elsevier; 578-587.
- Sequeira, C. (2010). *Cuidar de Idosos com Dependência Física e Mental*. Lisboa: Lidel.