

Idosos institucionalizados no concelho de Viseu: hábitos alimentares

CAÇADOR C. ¹, OLIVEIRA J. ^{2,3} VEIGA M. J. ⁴, REIS LIMA M. J. ^{2,3} CASTILHO
M. C. ¹ TEIXEIRA DE LEMOS E ^{2,3}

1. Health Surveillance – CEF, Faculdade de Farmácia – Universidade de Coimbra

2. Escola Superior Agrária de Viseu (ESAV), Instituto Politécnico de Viseu

3. Centro de Estudos em Educação, Tecnologias e Saúde (CI&DETS), Instituto Politécnico de Viseu

4. Nutricionista

5. IBILI – Instituto de Imagem Biomédica e Ciências da Vida, Faculdade de Medicina, Universidade de Coimbra

O envelhecimento da população, bem como a alteração da dinâmica da família, têm contribuído diretamente para o aumento do número de idosos institucionalizados. A incidência da desnutrição alcança níveis elevados nestes idosos, sendo essencial o seu diagnóstico precoce para a melhoria da sua qualidade de vida. Constitui objetivo primordial do estudo a avaliação do estado nutricional de idosos institucionalizados no concelho de Viseu, Portugal. A amostra (n=120) é constituída por idosos de ambos os sexos, institucionalizados, com idade igual ou superior a 65 anos, com capacidade para se colocar de pé, sem demência e que não sejam portadores de patologia passível de afetar a digestão, absorção ou utilização dos nutrientes. A avaliação do estado nutricional é determinada tendo em conta parâmetros antropométricos e dietéticos, através da avaliação da ingestão alimentar (registo de 3 dias) e Mini Nutricional Assessment (MNA). Os questionários aplicados estão validados para a população portuguesa idosa e foram aplicados após consentimento informado. Considerou-se um nível de confiança de 95%. A amostra estudada é maioritariamente feminina (70,0%), com uma idade média de 82,4±6,4 anos. A determinação do IMC mostrou que 12,5% dos idosos avaliados têm baixo peso (IMC 17,7±1,3); 46,7% são eutróficos (IMC 19,9±0,5); 11,7% apresentam excesso de peso (IMC 22,1±0,7), sendo 29,1% classificados como obesos (IMC 28,8±4,2). O MNA mostra que 65% dos idosos apresenta estado nutricional normal, estando sob risco de desnutrição 33,3%, verificando-se, este risco de desnutrição ser superior nos idosos e na população feminina (3:1). A ingestão energética média por dia é significativamente inferior à recomendada ($p < 0,05$), sendo a ingestão de proteína e hidratos de carbono superior aos valores recomendados para a população ($p < 0,05$). O consumo lipídico é maioritariamente normolipídico (54,1%), devendo-se a um consumo reduzido de ácidos gordos monossaturados vs. polinsaturados.

Palavras Chave: Idosos, hábitos alimentares, estado nutricional, MNA, Viseu.