

AVALIAÇÃO DO ESTADO NUTRICIONAL E DESAFIOS DE SAÚDE EM IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS

Hannah da Hora Santana, Ana Paula Albefaro Penna Durço, Maria Clara Amaral Roriz Ferreira, Maria Helena da Paixão Campos, Raphaela Moreira Dutra, Ana Cláudia Fontes da Silva, Fabiana de Cássia Oliveira

Universidade Federal do Espírito Santo, Alto Universitário, S/N - Guararema - 29500-000 - Alegre - ES, Brasil, hannah.santana@edu.ufes.br, ana.durco@edu.ufes.br, maria.claraamaral@icloud.com, maria.h.campos@edu.ufes.br, raphamoreiradutra@gmail.com, ana.cf.silva@ufes.br, fadcco@gmail.com

Resumo

A avaliação nutricional de idosos em instituições é fundamental para prevenir desnutrição e melhorar a saúde e qualidade de vida. Em um estudo realizado em 2024 com 28 idosos da ILPI Associação Luiza de Marillac, em Alegre - ES, foram identificados problemas significativos. A maioria dos residentes era edêntula e não utilizava prótese dentária, o que afetava a mastigação e deglutição. Além disso, 61,5% apresentaram hipertensão e 11,5% diabetes mellitus. A desnutrição foi identificada em 46,5% dos idosos pelo Índice de Massa Corporal e em 34,5% pela prega cutânea tricipital. Esses resultados indicam a necessidade de melhorias em cuidados dentários e estratégias nutricionais para atender adequadamente às necessidades dos idosos institucionalizados.

Palavras-chave: Avaliação Nutricional. Idosos. Instituição de Longa Permanência. Desnutrição. Obesidade.

Área do Conhecimento: Ciências da Saúde - Nutrição

Introdução

A avaliação do estado nutricional de idosos institucionalizados é essencial para garantir uma abordagem adequada às suas necessidades alimentares específicas e prevenir, entre outros problemas de saúde, a desnutrição, que prejudica a evolução da saúde desses indivíduos. A desnutrição, um problema significativo nesse grupo, pode ter impactos adversos profundos na saúde e na qualidade de vida dos idosos institucionalizados. Este fenômeno é particularmente preocupante em instituições de longa permanência para idosos (ILPI), onde fatores como a oferta alimentar, a adaptação das dietas às condições individuais dos idosos e a qualidade do ambiente alimentar podem influenciar substancialmente o estado nutricional. A identificação e a gestão eficaz da desnutrição são cruciais, pois essa condição está frequentemente associada a complicações adicionais, maior morbidade e mortalidade, e um aumento da fragilidade geral (Damo et al., 2018).

O envelhecimento é um processo que pode levar a alterações fisiológicas e metabólicas que afetam a nutrição, incluindo a redução da massa muscular, alterações no paladar e no olfato, e uma maior prevalência de doenças crônicas (Silva et al., 2018). Além disso, fatores como a institucionalização podem exacerbar esses desafios. Os idosos institucionalizados frequentemente enfrentam um ambiente que pode não ser totalmente favorável à manutenção de um estado nutricional adequado. A alimentação pode ser comprometida por questões como a qualidade e a adequação das dietas oferecidas, a falta de variedade nos alimentos e a dificuldade em adaptar as refeições às necessidades individuais dos idosos acolhidos (Jung et al., 2021).

Estudos recentes destacam que a prevalência de desnutrição entre idosos institucionalizados é alarmantemente alta. A pesquisa conduzida por Cássia Damo et al. (2018) revelou que 26,6% dos idosos em uma instituição encontravam-se em desnutrição, enquanto 48,1% apresentavam risco de desnutrição, evidenciando uma preocupação significativa com a adequação dos cuidados nutricionais. Além disso, a desnutrição tem sido associada a uma maior taxa de complicações infecciosas, aumento dos períodos de hospitalização e uma diminuição geral da qualidade de vida (Gammack; Sanford, 2015).

Dessa forma, a avaliação, a identificação precoce e a intervenção adequada são cruciais para prevenir e tratar a desnutrição. Estratégias eficazes incluem a implementação de programas de

monitoramento nutricional regular, a adaptação das dietas às necessidades específicas dos residentes e a promoção de um ambiente que favoreça a ingestão adequada de alimentos.

Nesta direção, a colaboração entre nutricionistas, médicos e equipes de cuidado é essencial para garantir que os idosos recebam o suporte necessário para manter um estado nutricional adequado e melhorar seus resultados de saúde e qualidade de vida (Camargos et al., 2015). Diante do exposto, este estudo tem como objetivo avaliar o estado nutricional de idosos institucionalizados em uma ILPI localizada no sul do estado do Espírito Santo.

Metodologia

Trata-se de um estudo de corte transversal com idosos acolhidos na ILPI Associação Luiza de Marillac, no município de Alegre - Espírito Santo (ES), em 2024. Todos os 28 idosos residentes na Instituição foram investigados, obedecendo os seguintes critérios de inclusão: idade igual ou superior a 60 anos, de ambos os sexos e possibilidade de avaliar o estado nutricional. Para avaliar o estado nutricional dos participantes, foram utilizadas as medidas de peso, altura e prega cutânea tricipital (PCT). O peso foi medido com uma balança digital da marca Balmak, modelo SLIMBASIC - 200, que foi calibrada previamente. A altura foi estimada utilizando a fórmula de Chumlea, Roche e Steinbaugh (1985), com base na medição da altura do joelho realizada com um estadiômetro da marca Altuxata. A PCT foi avaliada com um adipômetro da marca CESCORE. Com esses dados, foi calculado o Índice de Massa Corporal (IMC), utilizando a fórmula $IMC = \text{peso (kg)} / \text{altura}^2 (\text{m}^2)$, e a classificação foi feita de acordo com as categorias estabelecidas por Lipschitz (1994). Além disso, a espessura da PCT foi medida para estimar a gordura subcutânea, fornecendo uma visão mais detalhada da composição corporal dos idosos. A referência utilizada para categorizar a PCT foi a de NHANES III (1994), que considera desnutrição abaixo do percentil 10, eutrofia entre os percentis 10 e 90, e obesidade acima do percentil 90 (Kuczmarski, Kuczarisk, Najjar; 2000).

Os cuidadores dos idosos foram entrevistados por meio de um questionário estruturado para obter informações adicionais sobre as condições clínicas dos residentes. O questionário abordou questões como dificuldades de deglutição e mastigação, a condição dentária dos idosos (quantos eram edêntulos e quantos não usavam prótese dentária), e a exposição ao sol, importante para a síntese de vitamina D. Essas informações são relevantes, pois problemas de mastigação e deglutição podem impactar a ingestão alimentar e a exposição ao sol é essencial para a saúde óssea e imunológica. Além disso, foi realizada a aferição da pressão arterial para identificar quais idosos apresentavam hipertensão. Também foram avaliados os exames bioquímicos, disponibilizados pela instituição, para detectar a presença de diabetes *mellitus* entre os residentes. Esses exames incluíram medições de glicemia, oferecendo uma visão detalhada do controle glicêmico dos participantes.

Registra-se que o projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Federal do Espírito Santo, parecer número 6.542.315482.

Resultados

Os resultados da avaliação clínica realizada com os idosos residentes na Instituição de Longa Permanência em Alegre, ES, em 2024, estão apresentados na Tabela 1. Chama a atenção o elevado percentual de indivíduos edêntulos sem prótese e que não são expostos ao sol.

Tabela 1 - Avaliação clínica de idosos residentes em Instituição de Longa Permanência. Alegre, ES, 2024.

Característica	N	%
Com problemas de deglutição	7	24,1
Com problemas de mastigação	7	24,1
Expostos ao sol	16	55,2
Acamados	4	14,2
Edêntulos	27	96,4
Sem prótese dentária	17	60,7
Hipertensos	16	61,5
Diabéticos	3	11,5

Fonte: o autor.

A Tabela 2 fornece uma compreensão detalhada do estado nutricional dos residentes, sendo que o agravo em destaque foi a desnutrição, tanto segundo o IMC quanto pela PCT, quando comparado à obesidade.

Tabela 2 - Frequência de desnutrição, eutrofia e obesidade segundo o Índice de Massa Corporal e a Prega Cutânea Tricipital em idosos institucionalizados. Alegre, ES, 2024.

Diagnóstico	IMC ^a (%)	PCT ^b (%)
Desnutrição	46,5	34,5
Eutrofia	28,5	58,6
Obesidade	25,0	6,9

Fonte: o autor.

a = Índice de Massa Corporal segundo Lipschitz (1994); b = Prega Cutânea Tricipital segundo NHANES (1994).

Discussão

Os dados mostraram que 24,1% dos idosos enfrentam problemas de deglutição e mastigação, refletindo uma situação que pode afetar significativamente a ingestão alimentar e a qualidade nutricional. Aliado a isso, o fato de mais da metade ser edêntulo sem prótese dentária pode ser um fator agravante para a dificuldade de mastigação e, consequentemente, de deglutição. Idosos com dificuldades de mastigação e deglutição frequentemente precisam adaptar sua alimentação para consistências mais pastosas ou líquidas. Esses tipos de alimentos, embora facilitadores para a deglutição, têm menor densidade energética e valor nutricional, o que pode resultar em deficiências de micronutrientes e insuficiência calórica. Além disso, a alteração na textura e aparência dos alimentos pode reduzir o prazer e a aceitação das refeições, diminuindo a ingestão alimentar e contribuindo para o risco de desnutrição (Ferro, M. et al., 2021).

A dificuldade de mastigação também pode levar a riscos significativos, como engasgos e aspiração de alimentos, aumentando a probabilidade de complicações respiratórias, como pneumonia aspirativa. Ademais, a falta de próteses dentárias pode acelerar a perda óssea na mandíbula e provocar alterações na estrutura facial, agravando ainda mais a dificuldade de mastigação e a qualidade nutricional da dieta (Ferro, M. et al., 2021).

No que diz respeito à exposição solar, 55,2% dos idosos foram expostos ao sol, um fator crucial para a síntese de vitamina D, essencial para a saúde óssea e imunológica (Rolizola et al., 2022). Embora esse percentual seja relativamente alto, idealmente todos deveriam ser expostos ao sol, inclusive os acamados com possibilidade de usar cadeira de rodas, devido aos benefícios advindos dessa prática.

No que diz respeito a condições crônicas, 61,5% dos idosos apresentaram hipertensão, e a presença de diabetes mellitus foi identificada em 11,5% dos residentes. Esses resultados destacam a importância do monitoramento e manejo contínuo da atenção nutricional a essas condições crônicas para melhorar a saúde dos residentes. No Brasil, assim como em outros países, as Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNTs) constituem o problema de saúde de maior magnitude, sendo responsáveis por 72,0% das causas de óbitos. Essas condições afetam indivíduos de todas as camadas socioeconômicas, mas impactam de forma mais intensa aqueles pertencentes a grupos vulneráveis, como os idosos e os de baixa escolaridade e renda (Malta et al., 2011).

A avaliação antropométrica revelou que a desnutrição foi identificada em 46,5% dos idosos segundo o Índice de Massa Corporal (IMC) e em 34,5% segundo a prega cutânea tricipital. Esses números são alarmantes e refletem uma alta prevalência de desnutrição, corroborando a pesquisa de Souza et al. (2023), que encontrou taxas semelhantes. Por outro lado, a eutrofia foi observada em 28,5% dos idosos pelo IMC e em 58,6% pela prega cutânea, indicando uma proporção significativa de residentes com um estado nutricional adequado ou aceitável. A obesidade foi identificada em 25,0% dos casos pelo IMC e apenas 6,9% pela prega cutânea, sugerindo que diferentes métodos de avaliação podem oferecer percepções variadas sobre o estado nutricional dos idosos. Esses achados destacam a importância de utilizar múltiplos métodos para uma avaliação mais precisa da nutrição em idosos (Damo et al., 2018).

Conclusão

A análise dos dados obtidos com idosos institucionalizados, mostram que 24,1% dos idosos enfrentam problemas de deglutição e mastigação, refletindo uma situação que pode afetar significativamente a ingestão alimentar e a qualidade nutricional. A prevalência de problemas de mastigação, que também foi de 24,1%, destaca a necessidade de cuidados alimentares adaptados e de intervenções odontológicas. O estado dentário dos idosos revela que 96,4% eram edêntulos, e 60,7% não utilizavam prótese dentária, o que pode impactar diretamente a capacidade de mastigação e, consequentemente, a nutrição (Vandewoude et al., 2013).

No que diz respeito à exposição solar, 55,2% dos idosos foram expostos ao sol, um fator crucial para a síntese de vitamina D, essencial para a saúde óssea e imunológica (Rolizola et al., 2022). Embora esse percentual seja relativamente alto, idealmente deveria atingir 86%, correspondendo aos idosos da instituição que são deambulantes ou cadeirantes. A taxa considerável de hipertensão e a presença de diabetes mellitus sublinham a necessidade de monitoramento contínuo e manejo eficaz dessas condições crônicas.

Este estudo indica que, para melhorar a qualidade de vida, a saúde nutricional dos idosos institucionalizados, é necessário adotar uma abordagem holística que integre cuidados dentários, manejo de condições crônicas e estratégias nutricionais, em consonância com as melhores práticas e recomendações observadas na literatura atual.

Referências

- CAMARGOS, Mirela Castro Santos et al. Aspectos relacionados à alimentação em Instituições de Longa Permanência para Idosos em Minas Gerais. **Cadernos Saúde Coletiva**, v. 23, p. 38-43, 2015. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1414-462X201500010007> Acesso em: 12 ago. 2024
- CHUMLEA, William Cameron; ROCHE, Alex Frances; STEINBAUGH, Maria L. Estimating stature from knee height for persons 60 to 90 years of age. **Journal of the American Geriatrics Society**, v. 33, n.2, p. 116-20, 1985. Disponível em: <https://doi.org/10.1111/j.1532-5415.1985.tb02276.x> Acesso em: 28 out. 2023.

DAMO, Cássia Cassol et al. Risco de desnutrição e os fatores associados em idosos institucionalizados. **Revista brasileira de geriatria e gerontologia**, v. 21, p. 711-717, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1981-22562018021.180152> Acesso em: 07 ago. 2024

FERRO, Mafalda Cardoso et al. Impacto das dietas de textura modificada no estado nutricional dos idosos. **Associação Portuguesa de Nutrição**, 2021. Disponível em: <https://www.sidalc.net/search/Record/oai:scielo:S2183-59852021000200044> Acesso em: 15 ago. 2024

GAMMACK, Julie K.; SANFORD, Angela M. Suplementos calóricos para idosos. **Current Opinion in Clinical Nutrition & Metabolic Care**, v. 18, n. 1, p. 32-36, 2015. Disponível em: https://journals.lww.com/co-clinicalnutrition/abstract/2015/01000/caloric_supplements_for_the_elderly.7.aspx Acesso em: 12 ago. 2024

JUNG, Dukyoo et al. Dificuldades alimentares entre idosos com demência em instituições de cuidados de longa duração: uma revisão de escopo. **Revista internacional de pesquisa ambiental e saúde pública**, v. 18, n. 19, p. 10109, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.3390/ijerph181910109> Acesso em: 27 ago. 2024

LIPSCHITZ, David A. Screening for nutritional status in the elderly. **Primary Care**, v. 21, n. 1, p.55-67, 21 mar. 1994. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/8197257/> Acesso em: 15 abr 2024.

MALTA, Deborah Carvalho; MORAIS NETO, Otaliba Libânio de; SILVA JUNIOR, Jarbas Barbosa da. Apresentação do plano de ações estratégicas para o enfrentamento das doenças crônicas não transmissíveis no Brasil, 2011 a 2022. **Epidemiologia e serviços de saúde**, v. 20, n. 4, p. 425-438, 2011. Disponível em: http://scielo.iec.gov.br/scielo.php?pid=S1679-49742011000400002&script=sci_arttext&lng=en Acesso em: 21 maio 2024

ROLIZOLA, Patricia Moreira Donato et al. Insuficiência de vitamina D e fatores associados: um estudo com idosos assistidos por serviços de atenção básica à saúde. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 27, n. 02, p. 653-663, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-8123202272.37532020> Acesso em: 13 mar. 2024

Silva, Sheila Cristina Martins e et al. Alterações fisiológicas do idoso e seu impacto na ingestão alimentar: Uma revisão de literatura. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, n. 6, p. S288-S295, 5 dez. 2018. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/8086> Acesso em: 13 jul. 2024

KUCZMARSKI, Marie Fanelli; KUCZMARSKI, Robert J.; NAJJAR, Matthew. Dados antropométricos descritivos de referência para americanos mais velhos. **Journal of the American Dietetic Association**, v. 100, n. 1, p. 59-66, 2000. Disponível em: [https://doi.org/10.1016/S0002-8223\(00\)00021-3](https://doi.org/10.1016/S0002-8223(00)00021-3) Acesso em: 14 jul. 2024