

ESTADO NUTRICIONAL E NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DE IDOSOS RESIDENTES NO BAIRRO AEROPORTO ATENDIDOS POR UMA EQUIPE DA ESTRATÉGIA SAÚDE DA FAMÍLIA (ESF).

Daiane Cristina Ferreira Damasceno (bolsista ICVI); Nathália Cavalcante Pinto (colaboradora, UFPI); Viviane Ferreira Damasceno (colaboradora, Enfermeira - ESF); Antonio Carlos Leal (colaborador, UFPI); Maria do Carmo de Carvalho e Martins (orientadora, depto de Biofísica e Fisiologia, UFPI)

INTRODUÇÃO: Atualmente está ocorrendo um crescimento expressivo da população idosa em conseqüência da diminuição da taxa de mortalidade e declínio da fecundidade, o que além de afetar a estrutura etária da população pode trazer como conseqüência a intensificação dos problemas de uma determinada sociedade (FREITAS et al, 2002; RIBEIRO e PAÚL, 2008). A avaliação nutricional é importante para identificar indivíduos em risco nutricional aumentado para danos a sua saúde e estabelecer programas de intervenção com o objetivo de reduzi-los (CAMPOS et al, 2006). Existem vários métodos de avaliação do estado nutricional, sendo um dos mais utilizados o método antropométrico. Entre os indicadores utilizados para a avaliação do estado nutricional de idosos, está o Índice de Massa Corporal (IMC), que utiliza o peso e a estatura é um dos métodos mais simples e útil na avaliação do idoso tanto em nível individual como populacional (CERVI et al, 2005). Um fator que tem contribuído para o aumento da prevalência de obesidade e de outras doenças e agravos crônicos não transmissíveis é a inatividade física. A inatividade física, problema bastante comum na população geral e de idosos, é um dos fatores de risco importantes para o aparecimento de doenças e agravos crônicos não transmissíveis (VERAS et al, 2009). No Brasil, 83% da população não praticam nenhuma atividade física. A síndrome do desuso pela falta de movimento e de exercícios corporais aumenta, expressivamente, a procura por atendimento médico, e parece estar contribuindo para o aumento precoce da dependência de terceiros entre os idosos, (BENEDETTI et al, 2007).

METODOLOGIA: A amostra foi constituída por 255 dos 335 idosos atendidos por uma equipe da ESF da cidade de Teresina – PI. Os idosos foram avaliados em seus domicílios, através da aplicação dos questionários por entrevistadores treinados no período de julho a dezembro de 2010. Inicialmente foram coletados dados sociodemográficos e de saúde em geral, tais como idade, sexo, estado civil, número de pessoas residentes no domicílio, grau de instrução, renda familiar; seguidamente, coletaram-se os dados para avaliação nutricional e nível de atividade física. Os dados coletados foram registrados em questionários estruturados. A Avaliação do estado nutricional foi realizada a mini-avaliação do estado nutricional e avaliação antropométrica através de medidas de peso (kg), estatura (m), altura do joelho (cm), circunferência do braço, da panturrilha, circunferência muscular do braço e área muscular do braço (cm), e pregas cutâneas tricipital e subescapular (mm). A aplicação da Mini-Avaliação Nutricional seguiu as instruções do Manual da MAN (A guide to completing the Mini Nutritional Assessment MNA®). O estado nutricional global foi classificado com base no Índice de Massa Corporal (IMC), com os pontos de corte estabelecidos para idosos segundo padronização do

SISVAN. Foi considerado peso baixo quando IMC menor ou igual a 22 kg/m^2 , eutrófico ou adequado quando maior que 22 e menor que 27 kg/m^2 , e excesso de peso quando maior que 27 kg/m^2 (BRASIL, 2008). Avaliação do nível de atividade física foi determinado por meio do Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ) adaptado por Beneditti et al, 2004 que considera ativo idoso que realiza mais de 150 minutos(min) semanais de atividade física, moderadamente ativo entre 0 e 150 min e sedentário quem não realiza atividade física semanalmente. Posteriormente, foi realizada análise descritiva e processamento dos dados utilizando-se os programas Microsoft Excel 2007 e SPSS versão 8.0 (SPSS Incorporation, 1997). As associações foram analisadas através da aplicação do teste de Qui-quadrado (χ^2). O nível de significância foi estabelecido em $p < 0,05$. O estudo foi previamente aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade Federal do Piauí após obtenção de termo de anuência junto à Fundação Municipal de Saúde.

RESULTADOS E DISCUSSÃO: Através do questionário socioeconômico, foi possível traçar um perfil da população idosa residente no bairro Aeroporto e atendida pela equipe 158 da Estratégia Saúde da Família do Hospital da Primavera. Assim sendo, observou-se, dentre os idosos estudados, uma predominância daqueles que: encontram-se na faixa etária de 70-79 anos (43,53%); são do sexo feminino (66,67%); estado civil casado (55,68%); nascidos no Piauí (81,57%); vivendo com quatro a seis pessoas/residência (50,98%); relata saber ler e escrever (80,78%); em relação à escolaridade, não chegaram a concluir o ensino fundamental (53,95%); residem em casa própria (95,29%) com mais de cinco cômodos (90,98%); possuem água encanada (99,60%), energia elétrica com medidor (99,21%), iluminação pública (98,04%), instalação sanitária do tipo rede pública (95,29%), banheiro com vaso e chuveiro (98,43%); o lixo é coletado (100%); dormem com companheiro (44,70%); possuem 6 ou mais filhos (48,63%); classificam como satisfatória sua relação com a família (93,33); realizaram trabalho não especializado durante a maior parte da vida (42,35%); começaram a trabalhar entre os 15-18 anos (20%) e aposentaram-se com idade superior a 65 anos (20%); dos aposentados, a maioria o fez por tempo de serviço (36,07%); atualmente, exercem o trabalho doméstico (44,70%); renda familiar em torno de 1 a 3 salários mínimos (27,84%); renda individual de até 1 salário mínimo (36,47%); têm como principal fonte de renda a aposentadoria (70,19%); principal despesa é com alimentação (45,10%); dividem as despesas familiares com demais moradores de sua residência (47,45%). O maior percentual de idosos do estudo em questão encontra-se com IMC entre 22 e 27 sendo classificados como eutróficos (42,74%), mas a proporção de idosos com excesso de peso é bem elevada (41,18%). Sobre os dados referentes à circunferência da panturrilha e do braço: ambas medidas antropométricas revelam um maior percentual de idosos sem risco de desnutrição: CP 71,7% e CB 97,65%. A avaliação nutricional de acordo com a Mini-Avaliação Nutricional (MAN) mostra que em 69,80% dos idosos não foi preciso continuar a avaliação, pois o escore de triagem deles era ≥ 12 e isso representa uma nutrição normal para o idoso. Nos 77 idosos onde foi continuada a avaliação, 60,26% destes tinham risco de desnutrição, 3,85% eram desnutridos e 35,90% não

apresentavam esse risco. Sobre o comportamento dos idosos em relação às atividades físicas habituais, verifica-se uma menor dedicação do tempo gasto com atividades de trabalho e recreação e um aumento no tempo gasto sentadas, tanto na semana quando nos finais de semana. O maior gasto de tempo com atividades físicas de trabalho de casa (93 min) pode ser explicado pelo fato de a maior parte dos entrevistados serem mulheres. Segundo o critério adotado pelo CDC (2002) para classificação dos níveis de atividade física, entre os idosos entrevistados 65,88% foram classificados como ativos, 20,78% como irregularmente ativos e 13,33% como sedentários. A mini-avaliação nutricional (MAN) tem sido amplamente utilizada por identificar indivíduos vulneráveis como aqueles em risco nutricional e desnutrição. A aplicação do Índice de Massa Corporal (IMC), da circunferência do braço (CB) e da circunferência da panturrilha (CP) de forma isolada pode ser considerada questionável, devido às alterações fisiológicas do envelhecimento, como a diminuição da massa muscular, perda da estatura, mudanças na quantidade e distribuição de tecido adiposo subcutâneo e diminuição da massa magra (GUIGOZ; LAUQUE; VELLAS, 2002).

CONCLUSÃO: Os idosos atendidos pela equipe 158 da Estratégia Saúde da Família (ESF) apresentam predominantemente idade entre 70-79 anos, são casados, do sexo feminino, que fizeram apenas o ensino fundamental incompleto, mas a grande maioria sabe ler e escrever, com baixa renda individual e razoável renda familiar, boas condições de moradia. Em relação ao IMC, a grande proporção é eutrófico, apesar de altos percentuais de indivíduos com excesso de peso. Apresentam um nível de atividade física que classifica a grande proporção de idosos em ativos. A maior parcela está inserida na classificação da MAN com indivíduos normais em relação ao nível nutricional. Há correlação positiva entre a MAN e o IMC, assim como o encontrado na literatura estudada.

APOIO: UFPI

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

- BENEDETTI, T. R. B. et al. Reprodutibilidade e validade do Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ) em homens idosos. *Rev Bras Med Esporte*. 2007, vol.13, n.1, pp. 11-16.
- BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. Secretaria de atenção à saúde. SISVAN. **Orientações para a coleta e análise de dados antropométricos em serviços de saúde**. Brasília, 2008.
- CAMPOS, M. A. G. et al. Estado nutricional e fatores associados em idosos. *Rev. Assoc. Med. Bras*. 2006, vol.52, n.4, pp. 214-221.
- CERVI, A.; FRANCESCHINI, S. C. C.; PRIORE, S. E. Análise crítica do uso do índice de massa corporal para idosos. *Rev. Nutr*. 2005, vol.18, n.6, pp. 765-775.
- GUIGOZ, Y.; LAUQUE, S.; VELLAS, B.. Identifying the elderly at risk for malnutrition: The Mini Nutrition Assessment. *Clin. Geriatr. Med*. V. 18, p. 737-757, 2002.
- RIBEIRO, O.; PAÚL, C. Older male carers and the positive aspects of care. *Ageing & Society*, vol. 28, p. 165–183, 2008.
- VERAS, R. Em busca de uma assistência adequada à saúde do idoso: revisão da literatura e aplicação de um instrumento de detecção precoce e de previsibilidade de agravos. *Cad. Saúde Pública*, vol. 19, p. 705-715, 2009.

PALAVRAS-CHAVE: Idosos. Avaliação Nutricional. Atividade física.