

CONSUMO ALIMENTAR DE VITAMINA D E PARÂMETROS ANTROPOMÉTRICOS EM IDOSOS ASSISTIDOS PELA ESTRATÉGIA DE SAÚDE DA FAMÍLIA (ESF) DE TERESINA-PI.

Amanda Marreiro Barbosa (bolsista do PIBIC/UFPI), Raquel Galvão Figueredo (colaboradora, Pós-Graduanda do mestrado Ciências e Saúde - UFPI), Ivone Freires de Oliveira Costa (colaboradora, Pós-Graduanda do mestrado Alimentos e Nutrição - UFPI), Dilina do Nascimento Marreiro (Co-orientadora, Depto de Nutrição – UFPI), Cecilia Maria Resende Gonçalves de Carvalho (Orientadora, Depto de Nutrição – UFPI)

Introdução: A deficiência de vitamina D no organismo parece ser um problema comum entre os idosos, até mesmo entre aqueles que vivem em países com irradiação solar elevada como é o caso do Brasil. Alguns estudos apontam ingestão insuficiente dessa vitamina e prevalência elevada de baixos níveis séricos desse micronutriente na população geriátrica, resultando em implicações no desenvolvimento de diversas doenças (SARAIVA et al, 2006). A vitamina D é um nutriente essencial, tem função hormonal, atuando no desenvolvimento e manutenção do tecido ósseo, na homeostase do cálcio e do fósforo, regulação do magnésio, liberação de insulina pelo pâncreas, secreção de prolactina pela hipófise, manutenção da musculatura esquelética, depuração da creatinina endógena, além de ser importante para a prevenção de doenças ósseas, malignas, inflamatórias e autoimunes (SCHUCH et al, 2009). Embora a deficiência de vitamina D seja grave, ainda há poucos estudos na literatura e não foram realizadas pesquisas em idosos de Teresina vivendo na comunidade. Considerando estas questões, o presente estudo teve como objetivo avaliar a ingestão dietética de vitamina D e conhecer o estado nutricional de idosos cadastrados na Estratégia Saúde da Família, em Teresina, Piauí. **Metodologia:** Trata-se de um estudo epidemiológico de caráter transversal, realizado com 320 idosos de ambos os sexos com idade igual ou superior a 60 anos, assistidos pela Estratégia Saúde da Família (ESF), município de Teresina-PI. O período da coleta de dados foi de fevereiro a junho de 2011. Para a caracterização dos sujeitos da pesquisa foi utilizado um formulário elaborado pelos pesquisadores que contou com as seguintes variáveis: o gênero do idoso, a idade, a cor da pele, estado civil, escolaridade, hábitos de vida e prática de banho de sol. Para a análise do estado nutricional utilizou-se a classificação do IMC, tendo como referência a proposta do NSI (1992) e a classificação de MENEZES et al (2008) para a adequação da PCT e da CMB. A avaliação do consumo alimentar foi realizada utilizando um Questionário de Freqüência Alimentar semi-quantitativo que posteriormente foi analisado pelo *software* Dietsys 4.01. A avaliação de adequação da vitamina D teve como referencial DRIs (2010). O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade Federal do Piauí (UFPI), sob o número do protocolo 0360.0.045.000-10. Os dados foram organizados em planilhas do *software* Microsoft Excel e analisados com estatística descritiva e pelo *software* aplicativo Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) na versão 18, aplicou-se o test t-student para a comparação de médias entre os sexos. **Resultados:** Foram avaliadas 320 pessoas idosas, de ambos os sexos, com idade média de $71 \pm 7,69$ anos. Foi possível observar a predominância de mulheres idosas (59,7%). A pesquisa sobre o grau de escolaridade mostrou que 39,4% eram analfabetos. Em relação ao estado civil dos idosos observou-se que a maior parte deles eram casados (63,8%). A prática de atividade física realizada por esses idosos é mínima, uma vez que 75,9% relataram não praticarem nenhum tipo de exercício físico. A pesquisa mostrou também

que 87,5 % dos idosos não fumam e que 77,5% desses não consomem bebidas alcoólicas. A tabela abaixo mostra a classificação do estado nutricional dos idosos em relação ao IMC, PCT e CMB.

Tabela 01. Classificação do estado nutricional dos idosos, de acordo com os parâmetros antropométricos IMC, PCT e CMB. Teresina, 2011.

Parâmetros antropométricos		Percentual (%) de idosos
IMC	Magreza	22,5
	Eutrofia	46,9
	Excesso de peso	30,6
PCT	Insuficiente	51,9
	Eutrofia	40,9
	Excessivo	7,2
CMB	Desnutrição	54,4
	Eutrofia	45,6

A tabela seguinte mostra uma diferença significativa entre a PCT, o sexo e as seguintes faixas etárias: 60-70 anos e 70-79 anos, ($p < 0,05$). Houve também uma diferença significativa entre o sexo, a CMB naqueles idosos com 70 -79 anos, ($p < 0,05$).

Tabela 02. Médias e desvios padrão (DP) das variáveis antropométricas dos idosos, segundo sexo e grupo etário. Teresina, 2011.

Grupo etário (anos)	Variáveis	Homem			Mulher		
		Média	DP	Valor de p	Média	DP	Valor de p
60-69	PCT (mm)	11,8	4,96	0,000*	17,02	5,24	0,000*
	CMB (cm)	25,64	3,00	0,126	24,61	4,63	0,103
	CB (cm)	29,34	3,33	0,403	29,95	4,98	0,375
70-79	PCT (mm)	10,56	4,29	0,000*	16,28	5,21	0,000*
	CMB (cm)	24,38	2,37	0,028*	23,18	2,93	0,022*
	CB (cm)	27,73	2,43	0,422	28,25	3,61	0,385
80 e mais	PCT (mm)	12,15	5,89	0,170	14,10	3,81	0,212
	CMB (cm)	23,60	2,06	0,689	23,59	3,26	0,661
	CB (cm)	27,38	2,93	0,766	27,69	3,82	0,754

*Valores estatisticamente significativos ($p < 0,05$).

A análise da dieta dessas pessoas idosas mostrou que o consumo de vitamina D é inadequado, como mostra a tabela a seguir.

Tabela 03. Média e desvio padrão do consumo de vitamina D dos idosos. Teresina, 2011.

Nutriente	Média (IU)	Desvio padrão
Vitamina D	30,21	36,86

Discussão: O envelhecimento da população brasileira é irreversível, existindo um crescente interesse em identificar fatores que levam ao envelhecimento saudável. A nutrição adequada é um destes fatores. A percentagem de idosos brasileiros do sexo feminino (51,5%) supera em três pontos percentuais a do sexo masculino (48,5%) pela maior longevidade da mulher brasileira em relação ao homem (IBGE, 2004). Este estudo mostrou que segundo IMC apenas 46,9% das pessoas idosas eram eutróficas, ressalta-se que 30,6% do grupo apresentou excesso de peso e 22,5% desnutrição. Observou-se ainda que a média da PCT das mulheres foi significativamente superior à dos homens nas faixas etárias de 60-69 anos e 70-79 anos. Uma pesquisa realizada com idosos em Joinville,

Santa Catarina, Brasil, encontrou-se média entre as mulheres (21,9mm) superior a deste estudo e dos homens, (10,7mm) inferior (MASTROENI, 2004). De acordo com a análise do estado nutricional global, 92,2% dos idosos apresentaram-se não-eutróficos, este valor mostra o quanto necessita-se ter um cuidado especial com esta população uma vez que essas desordens nutricionais podem acarretar em agravos irreparáveis à saúde desses indivíduos. Em relação ao consumo de vitamina D pode-se observar uma ingestão insuficiente, muito abaixo dos valores recomendados, 600 UI para a pessoa idosa, demonstrando a necessidade de estimular o aumento do consumo alimentar dessa vitamina. **Conclusão:** Diante do exposto, observou-se que os idosos apresentaram estado nutricional vulnerável, visto que um percentual elevado de idosos de ambos os sexos, apresentou excesso de peso e magreza, de acordo com o IMC, além de um consumo inadequado de vitamina D, especialmente aqueles com idade entre 60-69 anos. Assim, torna-se necessária uma maior atenção no que diz respeito à saúde do idoso, promovendo planos de ação diferenciados em nível populacional e individual, afim de minimizar os agravos relevantes à saúde desses idosos.

Referências bibliográficas

SARAIVA, G. L. et al. Prevalência da deficiência, insuficiência de vitamina D e hiperparatiroidismo secundário em idosos institucionalizados e moradores na comunidade da cidade de São Paulo, Brasil. **Arquivo Brasileiro de Endocrinologia e Metabologia**. Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia. São Paulo: v.51, n.3, 2006.

SCHUCH, J. N. et al. Vitamina D e doenças endocrinometabólicas. **Arquivo Brasileiro de Endocrinologia e Metabologia**. Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia. São Paulo: v.53, n.5, 2009.

NUTRITION SCREENING INITIATIVE. **Interventions manual for professionals caring for older Americans**. Washington, DC: Nutrition Screening Initiative, 1992.

MENEZES, T. N. et al. Avaliação do estado nutricional dos idosos residentes em Fortaleza/CE: o uso de diferentes indicadores antropométricos. **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano**. Núcleo de Pesquisa em Cineantropometria & Desempenho Humano/UFSC. Florianópolis: v.10, n.4, 2008.

Institute of Medicine. **Dietary reference intakes for calcium and vitamin D**. Washington (DC): National Academy, 2010.

FUNDAÇÃO IBGE. Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílio – PNAD: síntese de indicadores 2003. Rio de Janeiro: IBGE, 2004. Internet: www.ibge.gov.br, acessado em 12/02/2011.

MASTROENI, M.F. Estado nutricional e consumo de macronutrientes de idosos da cidade de Joinville, SC. **[Tese de Doutorado - Faculdade de Saúde Pública]**. São Paulo: Universidade de São Paulo; 2004.

Palavras-chave: Idoso. Antropometria. Vitamina D.

Apoio: Universidade Federal do Piauí (UFPI)