Temas em Saúde
Volume 22, Número 4
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2022

Artigo

SITUAÇÃO DE SAÚDE E NUTRIÇÃO DE IDOSOS ATENDIDOS NA ATENÇÃO PRIMÁRIA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

HEALTH AND NUTRITION OF THE ELDERLY ASSISTED IN PRIMARY CARE: AN INTEGRATIVE REVIEW

José Hermano da Silva Neto[1]
Janaína Lúcio Dantas[2]
Miriam de Andrade Brandão[3]
Eulâmpio Dantas Segundo[4]
Taynã Caroline Boni[5]
Regina Keiko Sato Mizuno Filha[6]

RESUMO - O crescimento acelerado da população idosa acontece intensivamente, estima-se que, em 2025, o Brasil terá a sexta população idosa do mundo, sendo 32 milhões de indivíduos nessa faixa etária. O envelhecimento e aumento da expectativa de vida acarretaram mudanças no perfil epidemiológico da popu-lação, predominando as doenças crônicas não transmissíveis (DCNT). As ações da atenção primária à saúde (APS) devem conduzir à atenção integral dos usuários, capazes de melhorar as

[1] Discente do Centro Universitário de Patos – UNIFIP. Patos, Paraíba, Brasil.
E-mail: hermanodsneto@gmail.com;
[2] Nutricionista da Secretaria de Saúde do Estado da Paraíba. Patos, Paraíba, Brasil.
E-mail: janaina-lucio@hotmail.com;
[3] Docente do Centro Universitário de Patos – UNIFIP. Patos, Paraíba, Brasil.
Docente da Escola Multicampi de Ciências Médicas/UFRN, Caicó, Rio Grande do Norte.
E-mail: miriamdantas050683@gmail.com;
[4] Docente do Centro Universitário de Patos – UNIFIP. Patos, Paraíba, Brasil. Docente da Escola Multicampi de Ciências Médicas/UFRN, Caicó, Rio Grande do Norte.
E-mail: e.dantas.segundo@hotmail.com;
[5] Discente do curso de Medicina da Faculdade de Educação e Cultura de Vilhena – FAEV/UNESC, RO. E-mail: taynacarolineboni@gmail.com;
[6] Discente do curso de Medicina da Faculdade de Educação e Cultura de Vilhena – FAEV/UNESC, RO. E-mail: regininhamizuno@hotmail.com.

DOI: 10.29327/213319.22.4-10
Páginas 184 a 206

Temas em Saúde
Volume 22, Número 4
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2022

Artigo

condições de saúde, a qualidade de vida e a autonomia de todos. Este estudo objetiva realizar revisão integrativa sobre a situação de saúde e nutrição de idosos atendidos na atenção primária e conhecer o perfil nutricional desse público, analisar as DCNT mais prevalentes, investigar o consumo alimentar, verificar o estado de saúde e qualidade de vida. Para isso, realizou-se uma busca nas bases de dados LILACS, MEDLINE, BDENF, SCIELO, dentre outros. Foram incluídos artigos originais completos, disponíveis para download de forma gratuita, nos idiomas português, inglês e espanhol no período de 2011 a 2021. Após seleção por título e resumo, 9 artigos foram selecionados. Houve prevalência, em todos, de idosas do sexo feminino. Sobre o estado nutricional, o sobrepeso predominou. As DCNT constatadas foram hipertensão arterial, diabetes mellitus e dislipidemias. Conclui-se que práticas alimentares e hábitos de vidas saudáveis na terceira idade proporcionam uma melhor qualidade de vida. Por fim, sugere-se o incentivo governamental para implementação de ações e estratégias, no âmbito da atenção básica visando à promoção de saúde, práticas alimentares saudáveis e grupos de convivência para inclusão social.

Palavras-chave: Atenção Básica; Estado Nutricional; Consumo Alimentar; Qualidade de Vida; Doenças Crônicas.

ABSTRACT - The accelerated growth of the elderly population happens intensively, it is estimated that, in 2025, Brazil will have an elderly population in the world, with 32 million remaining in this age group. Aging and increased life expectancy have brought about changes in the epidemiological profile of the population, predominantly as chronic non-communicable diseases (NCDs). The actions of primary health care (PHC) must lead to comprehensive care for users, capable of improving health conditions, quality of life and autonomy for all. This study aims to carry out a systematic review of the health and nutrition situation of elderly people assisted in primary care and to know the nutritional profile of this public, analyze the most prevalent CNCDs, investigate food consumption, verify the health status and quality of life. For this, a search was made in LILACS, MEDLINE, BDENF, SCIELO and among others databases. Full original articles were included, available for free download, in Portuguese, English and Spanish from 2011 to 2020. After selection by title and abstract, 9 articles were selected. There was a prevalence, in all, of female elderly. Regarding nutritional status,

Temas em Saúde
Volume 22, Número 4
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2022

Artigo

overweight predominated. The CNCDs found were arterial hypertension, diabetes mellitus and dyslipidemia. It is concluded that eating habits and healthy living habits in old age provide a better quality of life. Finally, the government encourages the implementation of actions and strategies in the context of primary care aimed at promoting health, healthy eating practices and social inclusion groups.

Keywords: Basic Attention; Nutritional Status; Food Consumption; Quality of Life; Chronic Diseases.

INTRODUÇÃO

A denominação de pessoa idosa é usada, no Brasil, para se referir às pessoas que têm 60 anos ou mais. O crescimento acelerado da população idosa acontece de forma intensa, e estima-se que, em 2025, o Brasil terá a sexta população de idosos do mundo, com cerca de 32 milhões de indivíduos nessa faixa etária (BRASIL, 2009; PEREIRA e SAMPAIO, 2019).

Com o envelhecimento populacional e o aumento da expectativa de vida, verificaram-se mudanças no perfil epidemiológico da população, com o predomínio das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), específicas das faixas etárias mais avançadas, aumentando, cada vez mais, a necessidade do conhecimento dos fatores de risco que incidem sobre a prevalência das DCNT associadas à idade (PEREIRA et al, 2016).

As DCNT, tais como doenças cardiovasculares, respiratórias crônicas, cânceres e diabetes, são responsáveis por cerca de 70% de todas as mortes no mundo, estimando-se 38 milhões de mortes anuais. Desses óbitos, 16 milhões ocorrem prematuramente (menores de 70 anos de idade) e, quase 28 milhões, em países de baixa e média renda (MALTA et al., 2017).

As DCNT crescem com o passar dos anos e, entre os idosos atingem 75,5% da população (69,3% entre os homens e 80,2% entre as mulheres), podendo gerar limitações funcionais e incapacidades. Diante destes dados, o papel da atenção primária à saúde (APS), que serve de base para um novo modelo de assistência e organização dos sistemas de saúde configura-se como porta de entrada prioritária e capaz de prestar serviço para todas as pessoas e famílias da comunidade, que também dela participam

Temas em Saúde
Volume 22, Número 4
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2022

ativamente. As ações da APS devem conduzir a uma atenção integral dos usuários, capaz de melhorar as condições de saúde, a qualidade de vida e a autonomia dos indivíduos e da coletividade (SCHENKER e COSTA, 2019).

Nesse sentido, perante o envelhecimento populacional e a grande procura por serviços na atenção primária, avaliar o perfil nutricional e condição de saúde do idoso são fatores relevantes para o planejamento e o acompanhamento das ações de promoção da saúde visando a redução, prevenção das doenças crônicas e melhora da qualidade de vida deste público. Portanto, indagando a assistência integral à saúde do idoso atendido na atenção primária, esse estudo traz uma revisão de artigos, na qual poderá contribuir para verificação do estado nutricional e condição de saúde deste público, garantindo resolutividade e integralidade na atenção à saúde da pessoa idosa.

Este estudo teve como objetivo realizar uma revisão sobre a situação de saúde e nutrição de idosos atendidos na APS, bem como conhecer o perfil nutricional desse público; analisar as DCNT mais prevalentes; investigar o consumo alimentar e verificar o estado de saúde e qualidade de vida.

METODOLOGIA

Este estudo se trata de uma revisão integrativa. A revisão utiliza métodos explícitos e sistemáticos para identificar, selecionar, avaliar, coletar e analisar os dados dos artigos e, assim, obter uma possível resposta para determinada pergunta. Para isso, é necessário realizar uma revisão de literatura abrangente, imparcial e reprodutível, que localiza, avalia e sintetiza o conjunto de evidências dos estudos científicos, buscando obter uma visão geral e confiável do efeito da intervenção (BRASIL, 2012; ROTHER, 2007).

A coleta de dados foi realizada nas bases da Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS); Medical Literature Library of Medicine (MEDLINE); Base de Dados em Enfermagem (BDENF); e, Scientific Electronic Library Online (SCIELO), via Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e PUBMED, no período de janeiro à março de 2022, aplicando na busca os seguintes descritores: atenção primária; atenção básica; idosos; nutrição; estado nutricional e utilizando os operadores *booleanos* AND e OR.

DOI: 10.29327/213319.22.4-10
Páginas 184 a 206

Temas em Saúde
Volume 22, Número 4
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2022

Artigo

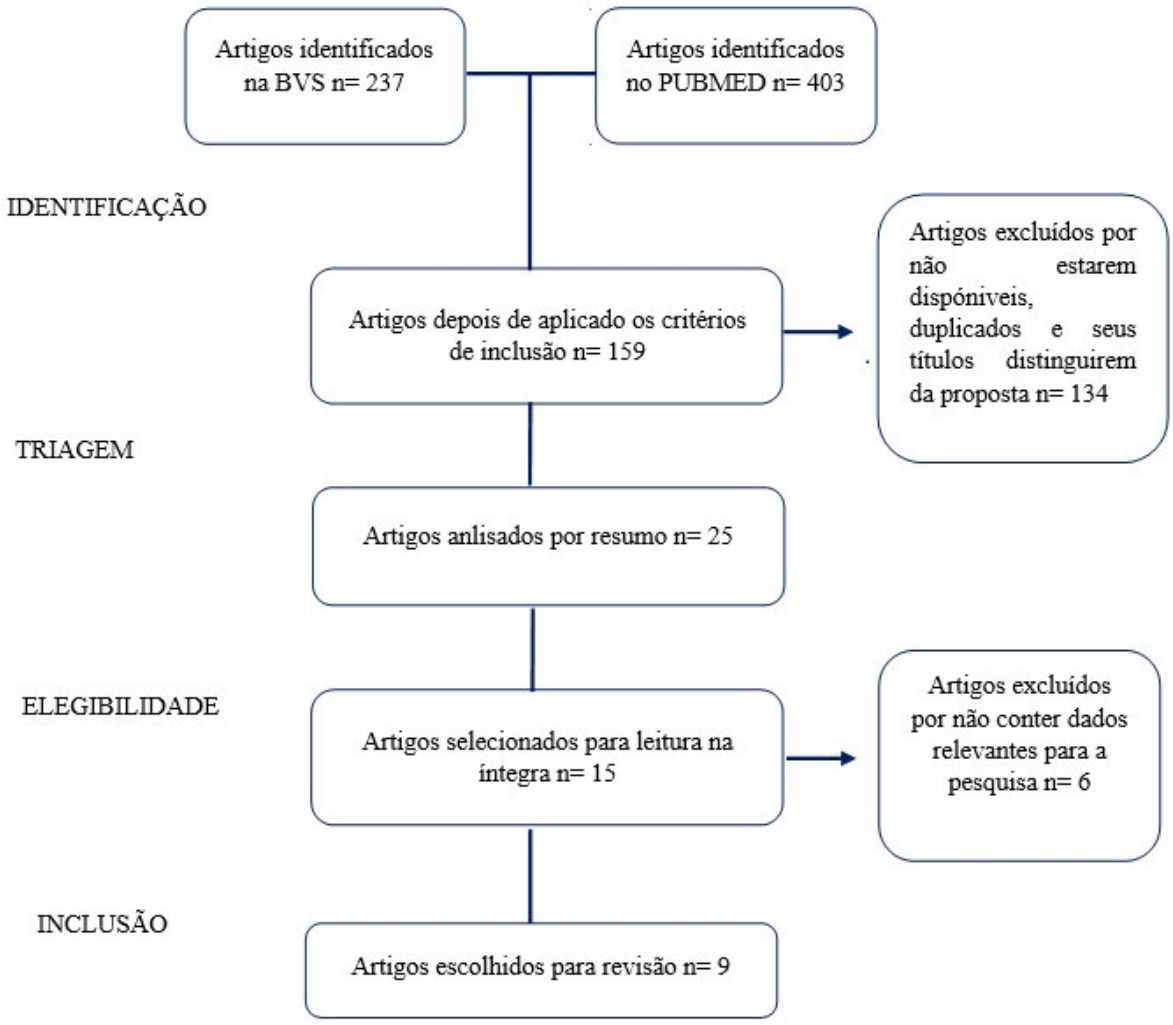
Foram incluídos, na busca, artigos originais completos, disponíveis para download de forma gratuita, nos idiomas português, inglês e espanhol, no período de 2011 a 2020. Foram excluídos, da busca, artigos do tipo revisão, teses, monografias, editoriais, dissertações, estudos duplicados e artigos que não se apresentassem de acordo com a problemática.

A princípio, foram encontrados 640 artigos, logo após a aplicação dos critérios de inclusão, esse número reduziu para 159 artigos. Destes, 134 foram excluídos por não estarem disponíveis para downloads, por estarem duplicados e por seus títulos não se conformarem à proposta da pesquisa. Foram lidos os resumos dos 25 artigos restantes e selecionados 15 para a leitura na íntegra. Após a leitura dos artigos selecionados, houve a exclusão de 6 artigos por não se alinharem com a proposta da pesquisa. Assim, nove (9) artigos foram escolhidos como amostra para compor esta revisão, de acordo com a figura 1.

Temas em Saúde
Volume 22, Número 4
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2022

Artigo

Figura 1 – Fluxograma de seleção dos artigos



Fonte: Dados da pesquisa (2022).

RESULTADOS E DISCUSSÕES

DOI: 10.29327/213319.22.4-10
Páginas 184 a 206

Temas em Saúde
Volume 22, Número 4
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2022

Artigo

As informações referentes aos artigos selecionados foram sistematizadas de acordo com autor, idioma, periódico, ano de publicação, objetivos, tipo de estudo, população e amostra em ordem crescente de publicação, conforme demonstrado no quadro 1.

Temas em Saúde
Volume 22, Número 4
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2022

Artigo

Quadro 1 – Levantamento da literatura, conforme a atenção integral de nutrição e saúde de idosos atendidos na atenção primária à saúde.

AUTOR/ IDIOMA	PERIÓDICO /ANO	OBJETIVOS	TIPO DE ESTUDO/ LOCAL DE ESTUDO	POPULAÇÃO/ AMOSTRA
Sanz et al./ Espanhol	Nutrición Hospitalaria/ 2011	Avaliar o estado nutricional de idosos	Transversal e multicêntrico APS e residências geriátricas na Cantábria, Espanha.	1.605 idosos. Sexo feminino: 981 Sexo masculino: 624
Soares et al./ Português	Ciência e Saúde Coletiva/ 2012	Investigar sobre as incapacidades funcionais bem como sua relação com o estado nutricional em pessoas idosas	Epidemiológico transversal de campo do tipo descritivo-analítico APS Vitória-PE	235 idosos. Sexo feminino: 183 Sexo masculino: 52
Clares; Freitas/ Português	Revista Eletrônica de Enfermagem/ 2013	Identificar os diagnósticos de enfermagem do domínio Nutrição, em idosos acompanhados no âmbito da atenção primária à saúde	Descritivo, de corte transversal APS Fortaleza-CE.	52 idosos Sexo feminino: 36 Sexo masculino: 16
Pilger et al./ Português	Revista de Enfermagem e Atenção à Saúde/ 2015	Descrever a experiência de uma atividade extensionista, desenvolvida por acadêmicos dos cursos de enfermagem,	Relato de experiência de natureza descritiva Grupo de convivência do bairro estudado Guarapuava-PR.	Variou de 20 a 40 idosos. Não houve distinção dos idosos por sexo.

DOI: 10.29327/213319.22.4-10
Páginas 184 a 206

Temas em Saúde
Volume 22, Número 4
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2022

Artigo

		fisioterapia, nutrição e educação física.		
Serra-Prat et al./Inglês	Age and Ageing/ 2017	Avaliar o efeito de uma intervenção na forma de um programa nutricional e de atividade física na prevenção da progressão da fragilidade em idosos pré-frágeis.	Ensaio clínico randomizado, aberto e controlado com dois braços paralelos. APS do município de Mataró, Barcelona.	172 idosos Sexo feminino: 97 Sexo masculino: 75
Carra; Silviero/ Português	Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento/ 2018	Avaliar o estado nutricional e o risco nutricional em uma amostra de idosas	Transversal, descritivo e analítico. Projeto Nutrição e Envelhecimento da Universidade de Caxias do Sul-RS	104 idosos do sexo feminino
Szerwieski et al./ Português	Online Brazilian Journal of Nursing/2018	Verificar a capacidade cognitiva, estilo e qualidade de vida dos idosos.	Transversal, correlacional, analítico e descritivo, com abordagem quantitativa. APS Itaipulândia-PR	252 idosos. Sexo feminino: 158 Sexo masculino: 94
Lins et al./ Português	Saúde Debate/ 2019	Estimar o risco de fragilidade em idosos comunitários adscritos às USF e seus fatores associados.	Quantitativo, de base populacional e corte transversal. APS Recife-PE	179 idosos Sexo feminino: 121 Sexo masculino: 58

DOI: 10.29327/213319.22.4-10
Páginas 184 a 206

Temas em Saúde
Volume 22, Número 4
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2022

Artigo

Vidal et al./ Espanhol	Nutrición Hospitalaria/ 2019	Estabelecer e analisar uma possível relação entre estado nutricional, padrão de sono e qualidade de vida em uma amostra de pacientes com disfunção cognitiva.	Observacional descritivo	48 idosos com prevalência do sexo feminino.

Fonte: Dados da pesquisa (2020).

Dos artigos incluídos nesta revisão, seis eram brasileiros e três espanhóis. O local das pesquisas se concentrou na APS. Caxias do Sul, Guarapuava, Fortaleza, Vitória, Recife, Itaipulândia compreenderam as cidades brasileiras onde os estudos foram desenvolvidos. Duas destas cidades estão localizadas no estado do Paraná, duas no estado do Pernambuco, uma no Ceará e a outra no Rio Grande do Sul. Marató, Valência e Cantábria foram os lugares onde os artigos da Espanha foram conduzidos.

Sobre a população estudada, esta foi composta por idosos na faixa etária acima de 60 anos. DI GIACOMO et al. (2015) destacam que a feminilização no envelhecimento têm implicações significativas relacionados com os riscos de problemas de saúde, sociais e econômicos, principalmente após a viuvez. LINS et al., (2019) em seu estudo constatou a prevalência de fragilidade em idosos do sexo feminino e sem companheiros.

A quantidade de participantes dos estudos incluídos nesta revisão teve uma grande variação. A menor amostra foi identificada no estudo de PILGER et al. (2015), compreendo entre 20 a 40 idosos, essa variação aconteceu por ser projeto extensionista desenvolvido na APS com um grupo de convivência de idosas, tendo duração de três anos e a maior amostra foi observada no estudo multicêntrico de SANZ et al. (2011), sendo composta por 1.605 idosos atendidos na APS.

Após a análise dos artigos, identificou-se que os resultados dos estudos abordavam cinco temas principais: estado nutricional; consumo alimentar; prevalência

DOI: 10.29327/213319.22.4-10
Páginas 184 a 206

Temas em Saúde
Volume 22, Número 4
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2022

de DCNT; capacidade funcional e qualidade de vida. No quadro 2, esses temas foram sistematizados de acordo com a frequência que vinham sendo apresentados nos artigos, referentes à (Tabela 1).

DOI: 10.29327/213319.22.4-10
Páginas 184 a 206

Temas em Saúde
Volume 22, Número 4
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2022

Artigo

Quadro 2 – Resultados dos artigos selecionados e seus principais temas apresentados

ARTIGOS	RESULTADOS	TEMAS
Artigo 1 (Sanz et al.)	88,1% da amostra apresentou IMC superior a 23, com prevalência elevada das mulheres. Quanto a distribuição do estado nutricional de acordo com o MNA, foi identificado o estado nutricional satisfatório. Em relação as práticas alimentares destacam-se o alto consumo de lácteos e proteínas e a maioria da amostra faziam 3 refeições completas por dia além de consumir diariamente frutas e verduras.	Estado nutricional Consumo alimentar
Artigo 2 (Soares et al.)	Verificou-se um predomínio maior de obesidade em ambos os sexos e faixas etárias. Observou que os idosos com sobrepeso apresentam maior comprometimento funcional, além de constatar que os idosos com CP deficiente (menor que 30,5 cm) tem o risco aumentado para quedas para ambos os sexos.	Estado nutricional Capacidade funcional
Artigo 3 (Clares; Freitas)	As morbidades mais relatadas entre os idosos foram: hipertensão arterial (48,1%), osteoporose (34,2%), alcoolismo (21,2%), diabetes (19,2%), gastrite (15,4%).	Prevalência de DCNT
Artigo 4 (Pilger et al.)	No término das atividades percebeu-se melhora da autoestima e do conhecimento sobre saúde entre os idosos além da melhora da capacidade funcional e a valorização do profissional de saúde.	Qualidade de vida Capacidade funcional
Artigo 5 (Serra-Prat et al.)	No decorrer de 12 meses 4,9% e 15,3% dos pacientes do grupo intervenção e controle, respectivamente, evoluíram para fragilidade. Na avaliação dos efeitos da intervenção na capacidade funcional, estado nutricional e qualidade de vida a prática de caminhada ao ar livre diariamente ajuda na prevenção da fragilidade em idosos pré- frágeis.	Capacidade funcional Qualidade de vida Estado nutricional
Artigo 6 (Carra; Silviero)	Em relação ao IMC, 44,2% das participantes estavam com pré-obesidade e/ou obesidade e	Estado nutricional Prevalência de DCNT

DOI: 10.29327/213319.22.4-10
Páginas 184 a 206

Temas em Saúde
Volume 22, Número 4
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2022

	11,5% com baixo peso. Quanto à CC, 74% classificaram-se em risco elevado e/ou muito elevado para doenças cardiovasculares. A maioria das mulheres consumiam todos os dias alimentos como frutas, vegetais crus, leite e queijo. O consumo de iogurte e vegetais cozidos, foi menor, sendo respectivamente de uma a três vezes por semana.	Consumo alimentar
Artigo 7 (Szerwieski et al.)	Foi identificado que apenas 31,74% dos idosos não apresentaram declínio cognitivo e quando analisados o estilo e qualidade de vida verificou que bons hábitos alimentares é um fator fundamental para uma melhora na capacidade cognitiva.	Capacidade funcional Qualidade de vida
Artigo 8 (Lins et al.)	Foi verificado que a maior prevalência de fragilidade foi encontrada nos idosos que possuíam a capacidade cognitiva comprometida, sedentário e desnutrido segundo a MNA. Por sua vez, a desnutrição aumenta em quase cinco vezes o risco para a fragilidade.	Estado nutricional Capacidade funcional
Artigo 9 (Vidal et al.)	O delineamento dos participantes foi, 81,5 ± 7,6 anos, com ensino fundamental, com diagnóstico de doença de Alzheimer como principal demência em 16,7% dos casos. A melhora da qualidade de vida dos pacientes está associada ao padrão de sono e o estado nutricional adequados.	Qualidade de vida Estado nutricional

Fonte: Dados da pesquisa (2020).
Legenda - CC: Circunferência da Cintura; CP: Circunferência da Panturrilha; IMC: Índice de Massa Corporal; MNA: Mini Avaliação Nutricional.

Foi possível observar que 66,6% dos artigos analisados tem relação com a alteração do estado nutricional nos idosos. Com o decorrer da idade, o organismo sofre alterações funcionais gradativas em comparação de quando jovem, isso é fisiologicamente normal e compreende o processo de senescência, por outro lado, doenças e estresse emocional provocam o envelhecimento patológico, chamado de senilidade (BRASIL, 2006).

DOI: 10.29327/213319.22.4-10
Páginas 184 a 206

Temas em Saúde
Volume 22, Número 4
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2022

Artigo

Tabela 1 – Análise da frequência dos temas abordados nos artigos selecionados

Categorias Temáticas	Quantidade de artigos	Porcentagem
Estado Nutricional	6	66,6%
Capacidade funcional	5	55,5%
Qualidade de Vida	4	44,4%
Consumo alimentar	2	22,2%
Prevalência de DCNT	2	22,2%

Fonte: Dados da pesquisa (2020).

As necessidades nutricionais nos idosos devem ser avaliadas com cautela, pois, segundo DUARTE (2007) devido às modificações nos processos metabólicos, o estado nutricional dos idosos está propenso a alterações. Visto isso, a Organização Mundial de Saúde (OMS) criou o IMC para classificar o estado nutricional e distribuí-lo em diferentes pontos de corte, assim, a American Academy of Family Physicians (AAFP) criou um corte exclusivo para idosos, que está descrito na tabela 2 a seguir:

Tabela 2 – Classificação do estado nutricional pelo índice de massa corporal para idosos

Diagnóstico	IMC (kg/m²)
Desnutrição ou magreza	< 22
Eutrofia	22 – 27
Obesidade ou Excesso de peso	> 27

Fonte: AAFP (1997).

De acordo com o Ministério da Saúde, através dos dados do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN), no período entre 2015 a 2019, houve mudança no estado nutricional entre os idosos brasileiros de ambos os sexos. Em 2015, o percentual de idosos com sobrepeso era de 48,66%, passando para 51,37% em 2019,

DOI: 10.29327/213319.22.4-10
Páginas 184 a 206

Temas em Saúde
Volume 22, Número 4
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2022

contabilizando um aumento de 2,71% neste período. Corroborando com estes dados, o estudo de CARRA e SILVIERO (2018), realizado com 104 idosas em um programa sênior da Universidade de Caxias do Sul identificou que a maioria das idosas encontrava-se com sobrepeso, apresentando a média de IMC de 28,3 ± 4,9 kg/m²; de tal forma, expressaram risco elevado para doenças cardiovasculares, com CC média de 87,6 ± 11,4 cm.

Um estudo de PEREIRA et al. (2016) evidenciou que o sobrepeso é mais prevalente em idosas e, em contrapartida, o baixo peso esteve mais prevalente em idosos do sexo masculino. O estado nutricional (EN) representa a associação da ingestão e necessidade do organismo digerir, absorver e utilizar nutrientes, estando diretamente ligada à capacidade funcional. Em um estudo realizado na APS, SOARES et al. (2011), confirma o fato da prevalência de sobrepeso e identifica 66,4% de idosos nessa categoria, além de ter observado que idosos, independente do sexo, e portadores de obesidade apresentam menor percentual de indivíduos com capacidade funcional adequada.

ROSA et al, (2017) em seu estudo com idosos atendidos na APS, avaliaram o risco de desnutrição, através do instrumento de Mini Avaliação Nutricional (MNA), encontrando 75,4% com EN satisfatório, 23,3% com risco de desnutrição e 1,3% com desnutrição. Tais achados se assemelham aos de SANZ et al. (2011), no qual 60% da sua amostra possui EN satisfatório, 33,6% com risco de desnutrição e 6,2% com desnutrição.

Quanto ao consumo alimentar, dos artigos analisados, dois abordam este tema. CARRA e SILVIERO, (2018) em seu estudo com idosas, utilizando o questionário de frequência alimentar (QFA) enfatizaram que a maioria das idosas fazem o consumo diário de frutas, vegetais crus, leite e queijo, sendo que, para o iogurte e vegetais cozidos, obteve-se uma menor frequência do consumo, de uma a três vezes por semana. Dados do SISVAN, do primeiro semestre de 2020, sobre o consumo alimentar de 67.702 idosos em todo o Brasil registraram o consumo de frutas por 82% destes, 83% para o consumo de verduras e legumes e 10% tinham o hábito de realizar pelos menos três refeições principais ao dia, corroborando com os resultados de SANZ et al. (2011), que identificaram que a maioria dos participantes do seu estudo fazia pelo menos três refeições diárias (42,4%), alto consumo de produtos lácteos (95,1) e proteínas (89,7%) e, também, uma boa ingestão de fruta e legumes (82,7), além de consumirem, em pelo menos duas vezes na semana, ovos e leguminosas.

DOI: 10.29327/213319.22.4-10
Páginas 184 a 206

Temas em Saúde
Volume 22, Número 4
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2022

Artigo

BRITO e CALVACANTE (2018) na sua pesquisa, no município de Viçosa-CE analisaram as práticas alimentares de idosos e, os resultados confirmam uma ingestão proteica adequada (1,39 g/kg), porém, um baixo consumo de frutas e verduras, constatando, assim, que os idosos deste estudo possuem hábitos alimentares inadequados, visto que a maioria realizava a troca de uma refeição principal do dia por alimentos industrializados, além de consumir em excesso massas, sucos industrializados e bebidas açucaradas.

Entre os artigos incluídos no estudo, dois analisaram a prevalência de DCNT, CARRA e SILVIERO (2018) e CLARES e FREITAS (2013). O primeiro destacou a maior prevalência para dislipidemias (61,5%) e hipertensão (58,7%) e menor prevalência para depressão e osteoporose, 33,7% respectivamente, diabetes mellitus (12,5%) e câncer (8,7%), já no segundo estudo, os resultados se assemelham, identificando prevalência de hipertensão arterial (48,1%), osteoporose (34,2%) e diabetes mellitus (19,2%). No estudo de SILVA et al. (2017) realizado com idosos atendidos na APS, destacou-se a elevada prevalência de DCNT (81,3%), principalmente hipertensão (70,8%) e diabetes mellitus (27,0%), seguida das cardiovasculares. Assim é possível observar que, nos idosos, devido a perdas orgânicas e funcionais, ocorre uma maior prevalência de DCNT, tendo como destaque hipertensão e diabetes, além de dislipidemias, essas sendo prognóstico para complicações cardiovasculares.

Além de todas as alterações já citadas, o envelhecimento causa maior incapacidade com as inúmeras perdas, incluindo papel social, renda, posição social, independência e estrutura anatômica, assim, aumentando a vulnerabilidade dos indivíduos a fatores internos e externos. Nesse cenário, ocorre o desenvolvimento da fragilidade no idoso, que apresenta como sinais e sintomas a perda de peso não intencional, autorrelato de fadiga, diminuição da força de preensão, redução das atividades físicas, diminuição na velocidade da marcha (lentidão) e diminuição das relações sociais (LANA; SCHNEIDER, 2014).

LINS et al., (2019) analisaram a fragilidade de idosos atendidos na APS. Os achados identificaram a maior prevalência de fragilidade no sexo feminino (17,4%) através do índice de vulnerabilidade funcional; capacidade cognitiva comprometida em 80% da amostra; sedentarismo (48%), de acordo com o questionário internacional de atividade física e desnutrição segundo a MNA em 66,7% dos idosos avaliados. Estes resultados se assemelham com o de NEVES et al. (2018), utilizando como método dependente o indicador de fragilidade de Tilburg, instrumento constituído de 15

DOI: 10.29327/213319.22.4-10
Páginas 184 a 206

Temas em Saúde
Volume 22, Número 4
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2022

Artigo

questões objetivas distribuídas nos domínios físico, psicológico e social. A fragilidade prevaleceu no sexo feminino (68,28%), sendo associada à depressão e o estado de desnutrição. A síndrome de fragilidade (SF) por ser uma patologia multifatorial engloba diversos fatores, desta forma é importante destacar que existem diversos instrumentos que visam diagnosticar SF, assim, o idoso fragilizado se torna prioridade para o desenvolvimento de políticas públicas, pois necessitam de cuidados a longo prazo, visto que o estado de vulnerabilidade ocasiona incapacidade, dependência, risco de lesões, bem como demais complicações.

Quando avaliada a prevenção e controle de fragilidade em idosos, HERNÁNDEZ et al. (2019) em seu estudo, afirmaram que 63,84% de idosos acima dos 70 anos atendidos na APS necessitam de prescrição de exercícios como tratamento para a pré-fragilidade ou limitação funcional, com o objetivo de melhorar a função física e evitar eventos adversos associados ao declínio funcional. Confirmando os achados deste estudo, um ensaio clínico randomizado conduzido por SERRA-PRAT et al. (2017) mostrou que uma intervenção com foco em exercícios físicos e boa nutrição pode ajudar a prevenir a fragilidade em idosos pré-frágeis atendidos na APS.

Um estudo realizado por VIDAL et al. (2019) com idosos com déficit cognitivo aponta que um padrão de sono adequado reflete em um melhor estado nutricional e, consequentemente, a recuperação da qualidade de vida relacionada à saúde. RIBEIRO et al.,2019, ressaltam que o grau de comprometimento cognitivo reflete diretamente na capacidade funcional e qualidade de vida dos idosos. É nítido que a qualidade de vida do idoso engloba um aspecto geral de saúde, reforçando o fato de que bons hábitos e um estilo vida adequado é aliado na preservação da autonomia no idoso. Assim, SZERWIEESKI et al., (2018), em sua pesquisa com idosos na APS verificou que bons hábitos alimentares influenciam positivamente na capacidade cognitiva.

A incapacidade funcional e a perda de autonomia em idosos é constituída por uma série de eventos que ocorre na vida do idoso, como relações sociais diminuídas e supressão do bem-estar físico e mental. Diante disso, PILGER et al., (2015) em um projeto de extensão desenvolvido na APS com um grupo de convivência de idosos, constataram que atividades em grupo e uma interação multidisciplinar na concepção de educação continuada permite aos idosos o desenvolvimento de suas habilidades cognitivas, físicas, emocionais e sociais, bem como motivar a vivência desta fase da vida de forma positiva e com qualidade.

DOI: 10.29327/213319.22.4-10
Páginas 184 a 206

Temas em Saúde
Volume 22, Número 4
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2022

Artigo

Nesse contexto, pode-se dizer que o estado geral de saúde do idoso está associado à qualidade de vida, na qual se configura um termo abrangente e multidimensional de caráter subjetivo, e seu conceito vai depender da percepção de cada pessoa. Todavia, quando se fala em envelhecimento, a qualidade de vida está relacionada à manutenção da autonomia, a qual pode ser percebida no desempenho das atividades diárias, nos idosos que mantêm sua capacidade funcional. Posto isso, a Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa (PNSPI) elenca em suas diretrizes a promoção ao envelhecimento ativo e saudável, visando manter a capacidade funcional e a autonomia, baseado nos direitos das pessoas idosas e nos princípios de independência, participação, dignidade, assistência e autorrealização (TOLDRÁ et al.,2014; BRASIL, 2006).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Através dessa revisão sistemática foi possível verificar que a assistência integral à saúde do idoso na atenção primária necessita de uma abordagem multiprofissional, visto que a população idosa, na maioria das vezes, possui mais de um tipo de complicação associada à saúde.

Sobre o perfil do estado nutricional, os estudos demonstraram uma prevalência de sobrepeso em idosos jovens, principalmente em decorrência da transição nutricional. Em relação ao consumo alimentar, foi identificado um consumo adequado de frutas, legumes, proteínas, produtos derivados do leite, ovos e leguminas, assim mesmo com a prevalência de sobrepeso, os idosos mostraram uma percepção positiva de boas práticas alimentares.

As DCNT mais prevalentes nos idosos estudados foram hipertensão arterial e diabetes mellitus, além das dislipidemias, que em conjunto com estas comorbidades citadas, aumentam o risco para complicações cardiovasculares. Quanto à condição de saúde e a qualidade de vida, verificou-se que a fragilidade é um fator limitante para qualidade de vida, uma vez que os seus sinais e sintomas interferem diretamente na capacidade funcional e autonomia nos idosos.

Assim identifica-se que as práticas alimentares e hábitos de vidas saudáveis na terceira idade proporcionam uma melhor qualidade de vida e previne contra complicações associadas às DCNT. No entanto, sugere-se o incentivo governamental

Temas em Saúde
Volume 22, Número 4
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2022

para a implementação de ações e estratégias, no âmbito da atenção básica, visando à promoção de saúde, práticas alimentares saudáveis e criação de grupos de convivência para inclusão social deste público.

REFERÊNCIAS

1 - BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de atenção à saúde. Departamento de atenção básica. Alimentação saudável para pessoa idosa: um manual para profissionais de saúde. Brasília: **MS**, 2009. Disponível em< https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/alimentacao_saudavel_idosa_profissionais_saude.pdf>.

2- BRASIL. Ministério da saúde. Secretaria de ciência, tecnologia e insumos estratégicos. Departamento de ciência e tecnologia. Diretrizes metodológicas: elaboração de revisão sistemática e metanálise de ensaios clínicos randomizados. Brasília: **MS**, 2012. Disponível em< https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/diretrizes_metodologicas_elaboracao_sistematica.pdf>.

3- BRASIL. Portaria nº 2.528, de 19 de outubro de 2006. Política nacional de saúde da pessoa idosa. **Diário Oficial da União**, Poder Executivo, Brasília, DF, 20 out. 2006. Disponível em< https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2006/prt2528_19_10_2006.html>.

4- BRITO, MAS; CAVALCANTE, JLP. Estado nutricional dietético e socioeconômico em idosos da cidade de Viçosa do Ceará, CE. **Rev. Kairós-Gerontologia**, São Paulo, v. 21, n. 2, p. 267-278, 2018. Disponível em< https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/40935>.

5- CARRA, P, Silviero J. Avaliação do estado nutricional e risco nutricional em idosas do programa UCS sênior. **Est. Interd. sobre o Envelhecimento**, Porto Alegre, v. 23, n. 1, p. 27-42, abr. 2018. Disponível em<

Temas em Saúde
Volume 22, Número 4
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2022

Artigo

https://pesquisa.bvsalud.org/controlecancer/resource/pt/biblio-1006726?src=similardocs>.

6- CLARES, JWB; FREITAS, MC. Diagnósticos de enfermagem do domínio nutrição identificados em idosos da comunidade. **Rev. Eletr. Enf**. Goiânia v. 15, n. 4, p. 940-947, dez. 2013. Disponível em< https://revistas.ufg.br/fen/article/view/20513>.

7- DUARTE, ACG. Avaliação nutricional: aspectos clínicos e laboratoriais. São Paulo: **Atheneu**, 2007. Disponível em< https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-928722>.

8- GIACOMO, di M, et al. The business of death: a qualitative study of financial concerns of widowed older women. **BMC Women's Health**, Londres, v. 15, n. 36, p. 1-10, abr. 2015. Disponível em< https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25906773/>.

9- HERNANDEZ, AMR, et al. Detección de la población mayor susceptible de prescripción de un programa de ejercicios en Atención Primaria para prevenir la fragilidad. Atención Primaria, Espanha: **Elsevier**, v. 51, n. 3, p. 135-141, mar. 2019. Disponível em< https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/ibc-182926>.

10- LANA LD; SCHNEIDER, RH. Síndrome de fragilidade no idoso: uma revisão narrativa. **Rev. bras. geriatria e gerontologia**, Rio de Janeiro, v. 17, n. 3, p. 673-680, set. 2014. Disponível em< https://www.scielo.br/j/rbgg/a/fLhvSb6FMVdqg68wJBkpYSR/abstract/?lang=pt>.

11- LINS, MEM, et al. Risco de fragilidade em idosos comunitários assistidos na atenção básica de saúde e fatores associados. **Saúde e Debate**, Rio de Janeiro, v. 43, n. 121, p. 520-529, jun. 2019. Disponível em< https://www.scielo.br/j/sdeb/a/RtBJxsJ5XxFFgF953M4WQ5F/?format=pdf&lang=pt>.

12- MALTA, DC; et al. Doenças crônicas não transmissíveis e a utilização de serviços de saúde: análise da Pesquisa Nacional de Saúde no Brasil. **Rev. Saúde Pública**, São Paulo, v. 51, supl. 1, p. 1-10, jun. 2017. Disponível em<

Temas em Saúde
Volume 22, Número 4
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2022

https://www.scielo.br/j/rsp/a/84CsHsNwMRNFXDHZ4NmrD9n/?lang=pt&format=pdf >.

13- NEVES, AQ, et al. Prevalência e fatores associados à fragilidade em idosos usuários da Estratégia Saúde da Família. **Rev. bras. geriatria gerontologia**, Rio de Janeiro, v. 21, n. 6, pág. 680-690, dez. 2018. Disponível em< https://www.scielo.br/j/rbgg/a/G3Cqm8GfqLxfmW8xWFpfCsr/?lang=pt>.

14- PEREIRA, IFS; SPRYDES, MHC; ANDRADE, LDMB. Estado Nutricional de Idosos no Brasil: Uma abordagem multinível. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 32, n. 5, p. 1-12, mai. 2016. Disponível em< https://www.scielo.br/j/csp/a/J9BfcW8NqRMXJkgg3dPvhmh/?format=pdf&lang=pt>.

15 – PEREIRA, RLMR; SAMPAIO, JPM. Estado nutricional e práticas alimentares de idosos no Piauí: dados do sistema de vigilância alimentar e nutricional – SISVAN Web. RECIIS – **Revista Eletrônica de Comunicação, Informação e Inovação em Saúde**, Rio de Janeiro, v. 13, n. 4 p. 854-62, out./dez. 2019. Disponível em< https://www.reciis.icict.fiocruz.br/index.php/reciis/article/view/1660>.

16 – PILGER, C, et al. Atividades de promoção à saúde para um grupo de idosos: um relato de experiência. **Rev. Enf. Atenção à Saúde**, v. 4, n. 2, p. 93-99, ago./dez. 2015. Disponível em< https://seer.uftm.edu.br/revistaeletronica/index.php/enfer/article/view/340>.

17- RIBEIRO, IA, et al. Síndrome da fragilidade em idosos com doenças crônicas na Atenção Básica. **Rev. Esc. Enf**. USP, São Paulo, v. 53, e03449, jun. 2019. Disponível em< https://www.scielo.br/j/reeusp/a/WrsWGQYsSpcmVTBCYzPmXzv/abstract/?lang=pt>.

18- ROSA, CB, et al. Malnutrition risk and hospitalization in elderly assisted in Primary Care. **Cienc. Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 22, n. 2, p. 575-582, Fev. 2017. Disponível em< https://www.scielo.br/j/csc/a/4zffH9Nx3CzKjBk6SxVfnzh/?lang=en>.

Temas em Saúde
Volume 22, Número 4
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2022

Artigo

19- ROTHER, ET. Revisão sistemática X revisão narrativa. **Acta Paul. Enf**., São Paulo, v. 20, n. 2, p. 5-6, jun. 2007. Disponível em< https://www.scielo.br/j/ape/a/z7zZ4Z4GwYV6FR7S9FHTByr/>.

20- SANZ, MJ, et al. Estudio del estado nutricional de los ancianos de Cantabria. **Nutrición e Hospitalaria**, Madrid, v. 26, n. 2, p. 345-354, abr. 2011. Disponível em< https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112011000200016>.

21- SCHENKER, M; COSTA, DHD. Avanços e Desafios da Atenção à Saúde da População Idosa. **Cien. Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 24, n. 4, p. 369-380, mai. 2019. Disponível em< https://www.scielo.br/j/csc/a/fjgYFRhV7s4Tgqvdf5LKBDj/abstract/?lang=pt>.

22- SERRA, Prate M, et al. Eficácia de uma intervenção para prevenir a fragilidade na comunidade pré-frágil - pessoas idosas residentes em cuidados de saúde primários: um ensaio clínico randomizado. **Age and Ageing,** Oxford, v. 46, n. 3, p. 401-407, mai. 2017.

23- SILVA AR, et al. Doenças crônicas não transmissíveis e fatores sociodemográficos associados a sintomas de depressão em idosos. **J. Br. Psiq**., Rio de Janeiro, v. 66, n. 1, p. 45-51, mar. 2017. Disponível em< https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/7z9ymmxmdpCLWvbXmcwKksH/abstract/?lang=pt>.

24- SOARES, L.D.A., et al. Análise do desempenho motor associado ao estado nutricional idosos cadastrados no Programa Saúde da Família, no município de Vitória de Santo Antão-PE. **Cienc. Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 17, n. 5, p. 1297-1304, mai. 2012. Disponível em< https://www.scielo.br/j/csc/a/D5Kchw4FHydJRkxQJRCBdrz/abstract/?lang=pt>.

25- SZERWIESKI, L.L.D., et al. Capacidade cognitiva, estilo e qualidade de vida dos idosos: estudo transversal. **Online Brazilian Journal of Nursing**, v. 16, n. 3, p. 298-308, ago. 2018. Disponível em< https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1118511>.

Temas em Saúde
Volume 22, Número 4
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2022

Artigo

26- TOLDRÁ, R.C., et al. Promoção de saúde e de qualidade de vida com idosos por meio de práticas corporais. **O Mundo da Saúde**, São Paulo, v. 38, n. 2, p. 159-168, jun. 2014. Disponível em< https://bvsms.saude.gov.br/bvs/artigos/mundo_saude/promocao_saude_qualidade_vida_idosos.pdf>.

27- VIDAL, M.L.; PEREZ, S.M.; SIMARRO, J.V.C. Predicción del estado nutricional a través de la calidad de vida y el patrón del sueño en ancianos con deterioro cognitivo. **Nutrición e Hospitalaria**, Madrid, v. 36, n. 2, p. 303-308, abr. 2019. Disponível em< https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/ibc-184322>.