



PERFIL NUTRICIONAL DE IDOSAS CLASSIFICADAS COMO PRÉ-FRÁGEIS

Jessica Sayume Makiyama Silva
Anna Raquel Silveira Gomes
Audrin Said Wojciechoski
Jarbas Melo Filho
Simone Biesek

Resumo

O processo de envelhecimento está associado às alterações fisiológicas, dentre elas destacam-se modificações na composição corporal com redução da massa muscular e consequente redução na água corporal, além do aumento de tecido adiposo, contribuindo com o desenvolvimento da síndrome da fragilidade. A fragilidade é um estado de vulnerabilidade decorrente de uma série de condições adversas à saúde, resultando em aumento do risco de quedas, incapacidade física, hospitalização e morte. O objetivo do estudo foi conhecer o perfil nutricional de idosas classificadas como pré-frágeis. Trata-se de um estudo do tipo descritivo transversal aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos do Hospital de Clínicas – HC da Universidade Federal do Paraná (UFPR). Participaram deste estudo 39 idosas pré-frágeis (segundo critério de Fried *et al.*, 2001), com idade entre 65 e 85 anos ($70,0 \pm 4,59$). Foram avaliados os seguintes parâmetros: peso, estatura, índice de massa corporal (IMC) segundo Lipschitz (1994), circunferência abdominal (Cabd), circunferência de panturrilha (Cpan) e prega cutânea do tríceps (PT). As médias de altura e peso foram respectivamente, $1,56 \pm 0,07$ m e $68,9 \pm 13,8$ kg. A média do IMC das idosas foi de $28,17 \pm 4,7$ kg/m², sendo 5,13% (n=2) classificadas com baixo peso, 35,9% (n=14) eutróficas e 58,97% (n=23) com excesso de peso. A média da PT foi de $22 \pm 5,17$ mm, sendo 10,26% (n=4) classificadas com obesidade, 15,38% (n=6) com sobrepeso, 28,21% (n=11) como eutróficas e 46,15% (n=18) da amostra apresentou algum grau de desnutrição, destes: 20,51% (n=8) desnutrição leve; 12,82% (n=5) desnutrição moderada e 12,82% (n=5) desnutrição grave. Todas as idosas apresentaram Cabd elevada ($96 \pm 10,1$ cm), sendo que, 91,2% (n=35) apresentou alto risco cardiovascular. A média da Cpan foi de $36 \pm 3,97$ cm, verificou-se depleção muscular em apenas 2,56% (n=1) da amostra. Em conclusão, verificou-se divergências nos resultados quando analisados individualmente, como verificado com os dados obtidos por meio das medidas da PT e IMC, onde o primeiro aponta 46,15% da amostra com desnutrição enquanto o segundo apenas 5,13% em situação de baixo peso. No entanto, assumindo que as medidas antropométricas são, historicamente, um parâmetro de difícil análise em idosos, por conta das alterações fisiológicas e morfológicas, deve-se considerar o máximo de variáveis possíveis para a avaliação do perfil nutricional desta população. Os resultados apontam que as idosas avaliadas apresentavam excesso de gordura corporal, particularmente gordura abdominal, com risco aumentado para complicações metabólicas, porém, sem comprometimento nas reservas proteicas. Sugere-se estudos que comparem medidas antropométricas com métodos mais sensíveis para traçar o perfil nutricional nessa população, como o uso de exames de imagem, bioquímicos e impedância bioelétrica.

Palavras-chave: Envelhecimento; estado nutricional; composição corporal.