

DESNUTRIÇÃO ENTRE A POPULAÇÃO IDOSA BRASILEIRA: UMA MAZELA IGNORADA¹

Thiago de Bittencourt Buss², Carolina Borges Benedetti³, Chanandra Wiggers Cesconetto⁴, Saulo Bueno de Azeredo⁵, Laura Guimarães Sandoval⁶

¹ Revisão de Literatura desenvolvida por alunos da Faculdade de Medicina de Passo Fundo.

² Acadêmico de Medicina da Universidade de Passo Fundo

³ Acadêmica de Medicina da Universidade de Passo Fundo

⁴ Acadêmica de Medicina da Universidade de Passo Fundo

⁵ Acadêmico de Medicina da Universidade de Passo Fundo

⁶ Professora de Saúde Coletiva da Universidade de Passo Fundo, Médica de Família e Comunidade, mestranda em Saúde da Família pela UFSCPA

Introdução: As mudanças na configuração da pirâmide etária brasileira a partir da década de quarenta demarcaram o início de um processo progressivo de envelhecimento populacional. Assim, com o aumento da população idosa, o estado nutricional assume um importante papel na qualidade de vida e de saúde, uma vez que está relacionado ao bem-estar psicológico e à manutenção da capacidade funcional. Dessa forma, é de suma importância atentar para a desnutrição, distúrbio nutricional observado durante o processo de envelhecimento e associado a aumento de mortalidade, susceptibilidade às infecções e à redução da qualidade de vida, além de ser um fator de risco para mortalidade desse grupo etário. Assim, o conhecimento acerca do mau estado de nutrição é fundamental, uma vez que seus sinais e sintomas são facilmente confundidos com o processo natural de envelhecimento e, conseqüentemente, as intervenções muitas vezes são inadequadas e pouco efetivas. **Objetivo:** O presente estudo propõe-se a analisar diferentes bibliografias que contemplam a temática, bem como os principais fatores associados e sua distribuição conforme faixa etária, sexo e região brasileira, com o intuito de avaliar a panorâmica em nosso país e, portanto, identificar falhas que culminam na exacerbação de tal problemática. **Método:** Foram buscados artigos publicados nos últimos 10 anos através das plataformas "Google Acadêmico" (Google Scholar), PubMed e UptoDate. As palavras chave utilizadas foram "desnutrição", "estado nutricional", "idosos" e "geriatria", ou seus equivalentes em língua inglesa, quando necessário. Foram então selecionados os artigos mais relevantes e condizentes com a realidade brasileira. **Resultados:** A subnutrição é um transtorno corporal gerado pelo desequilíbrio entre o aporte nutricional e as necessidades do indivíduo, motivado por uma dieta inadequada, ou por fatores que comprometam a absorção e utilização dos nutrientes. Com base nisso, os idosos constituem um grupo de risco para o desenvolvimento do quadro, devido a uma série de mudanças fisiológicas, sociais, econômicas e psicológicas relacionadas ao envelhecimento. Assim, embora a desnutrição seja, muitas vezes, considerada um processo normal conforme o avanço

da idade, é importante destacar que ela representa uma patologia grave para a saúde orgânica e psicológica, devendo ser prontamente diagnosticada e corrigida. Dentre suas consequências, destacam-se a redução da imunidade, deficiência de cicatrização, falência respiratória, insuficiência cardíaca, diminuição da função renal, fraqueza muscular e produção de metabólitos anormais, o que resulta no aumento substancial do tempo de internação, da taxa de readmissão e da mortalidade entre idosos hospitalizados. Quanto à epidemiologia, no Brasil, a desnutrição demonstra-se mais prevalente em idosos do sexo masculino, das cores amarela (32,1%) e preta (23,6%), residentes no estrato rural (26,3%) e nas regiões Nordeste (23,7%) e Centro-oeste (20,9%); além disso, estima-se que 20,4% dos idosos que moram sozinhos estejam subnutridos. Ainda, o baixo peso está diretamente relacionado com o avançar da idade e inversamente relacionado à escolaridade e à renda per capita, demonstrando que as condições socioeconômicas possuem papel fundamental em relação à qualidade de vida na velhice. Os dados também apontam uma prevalência de desnutrição em idosos residentes em domicílios entre 1 e 15%. Para idosos internados em hospitais essa proporção oscila entre 35% e 65%, enquanto para os idosos institucionalizados, entre 25% a 60%. Nesse contexto, foram considerados fatores de risco relevantes: a debilidade dos idosos institucionalizados, a polifarmácia, o declínio generalizado da capacidade física e cognitiva, a perda de interesse pela vida, além da disfagia oral e dificuldade de deglutição. Além disso, fatores socioeconômicos e emocionais também induzem a desnutrição no idoso, pois a dificuldade na aquisição de alimentos, o isolamento e a morte de pessoas queridas favorecem o surgimento da anorexia. Além da identificação de fatores de risco, outros métodos são úteis na avaliação do estado nutricional, como o Índice de Massa Corporal e a Circunferência Muscular do Braço, que possuem uma maior aplicabilidade prática. No entanto, não há consenso acerca do melhor método a ser utilizado, o que dificulta o diagnóstico.

Conclusão: É evidente que a subnutrição, se não diagnosticada e tratada corretamente, pode resultar em danos severos à saúde dos idosos e até mesmo ocasionar a morte em consequência do agravo às condições orgânicas e psicológicas provocadas por ela. Por conseguinte, o padrão epidemiológico demonstrado ressalta a necessidade de aporte socioeconômico para as regiões mais necessitadas, onde as desigualdades são mais explícitas e interferem significativamente no avanço da problemática. Após análise fica claro que o reconhecimento de idosos propensos à desnutrição continua sendo um desafio à prática médica, uma vez que os instrumentos de triagem não incluem todos os fatores de risco identificados. Desse modo, é notória a necessidade da elaboração de um método de avaliação abrangente e eficiente que auxilie os profissionais da saúde a identificar o risco de desnutrição em idosos, além de apoiar o desenvolvimento de estratégias preventivas, principalmente na atenção primária.

Palavras-chave: geriatria; envelhecimento; subnutrição; prevenção.