



Título: ESTADO NUTRICIONAL DE IDOSOS RESIDENTES EM UM MUNICÍPIO DO NOROESTE DO PARANÁ

Juliana Maria de Oliveira, Laura Ligiana Dias Szerwieski, Danilo Francisco da Silva Marçal, Lucia Elaine Ranieri Cortez, Rose Mari Bennemann

Centro Universitário de Maringá - UniCesumar, Maringá, PR, Brasil.

E-mail: rose.bennemann@gmail.com

Introdução: O envelhecimento é um processo no qual ocorre perda progressiva das funções motoras e sensoriais, que podem afetar a independência, a funcionalidade e mobilidade, bem como aumentar a probabilidade do surgimento de doenças, dificultando, conseqüentemente, o envelhecimento saudável. A nutrição exerce papel importante e é requisito básico para a promoção e proteção da saúde do indivíduo idoso. Alterações nutricionais como a subnutrição, o excesso de peso e a obesidade são relacionados a sérios agravos a saúde. Neste contexto a avaliação e o monitoramento do estado nutricional dos idosos é essencial para manutenção, melhora e recuperação da saúde destes indivíduos. **Objetivo:** Identificar o estado nutricional de idosos residentes em um município do noroeste do Paraná. **Método:** O estudo foi transversal, com coleta de dados primários e amostra de conveniência. Foram avaliados indivíduos idosos (idade \geq a 60 anos), de ambos os sexos, cadastrados no Sistema de Atenção Básica do respectivo município. O estado nutricional dos idosos foi avaliado pelo indicador nutricional: índice de massa corporal (IMC) (kg/m^2). Para análise dos valores de IMC, utilizou-se a classificação da Organização Pan-Americana de Saúde (OPAS, 2002): baixo peso: IMC menor que $23 \text{ kg}/\text{m}^2$; peso adequado: IMC maior ou igual a 23 e menor que $28 \text{ kg}/\text{m}^2$; excesso de peso/obesidade IMC maior ou igual a $28 \text{ kg}/\text{m}^2$. O estudo foi aprovado pelo comitê de ética em pesquisa do Centro Universitário de Maringá- UniCesumar, sob o número 1.359.849, em 10/12/2015. Os dados foram analisados por meio da estatística descritiva e foram apresentados por meio de frequência, médias e desvio padrão. **Resultados:** Foram avaliados 180 idosos, sendo 110 (61,11%) do sexo feminino e 70 (38,89%) do sexo masculino. A média de idade dos participantes foi de 70 ($\pm 7,98$) anos. Maior proporção de idosos foi verificado no grupo etário dos 60 a 69 anos (48,89%). Em relação ao estado nutricional 81 (46,11%) apresentaram excesso de peso, 72 (40,00%) peso adequado e 25 (13,89%) baixo peso. **Considerações finais:** A análise mostrou percentuais importantes de idosos que apresentaram distúrbios nutricionais (excesso de peso e baixo peso). A má nutrição aumenta a morbidade e mortalidade do idoso causando, conseqüentemente, grande impacto no sistema de saúde e na qualidade de vida dos idosos, ressaltando a necessidade de intervenções que promovam a melhora do estado nutricional. Cabe aos profissionais da saúde incentivar hábitos alimentares saudáveis, atividades físicas e estilo de vida mais saudável de modo a garantir a permanência dos idosos no meio em que

vivem, exercendo de forma independente sua autonomia e suas funções na sociedade.

Palavras-chave: Idosos; Estado Nutricional; Envelhecimento; Promoção da Saúde.