

USO DE MEDICAÇÃO DIÁRIA E SEU IMPACTO NA ALIMENTAÇÃO DE IDOSOS DE UM GRUPO DE CONVIVÊNCIA DO GUAMÁ, BELÉM-PA

Adriene Carvalho da Conceição¹; Erica Costa da Costa¹; Walyson Santos DE Souza¹;
Bárbara Valéria de Souza Santos¹; Réia Sílvia Lemos²

¹Graduação, ²Doutorado
Universidade Federal do Pará (UFPA)

Introdução: Indivíduos idosos são todas as pessoas com idade de sessenta anos ou mais; estima-se que nos próximos 20 anos acontecerá um aumento exponencial dessa população no Brasil, visto que a expectativa de vida média passará de 75 para 81 anos, prevendo-se em 2060 mais de 58,4 milhões de idosos, esse rápido processo de envelhecimento da população brasileira contribui para o surgimento de problemas na saúde, fazendo com que discussões referentes a qualidade de vida dessas pessoas sejam frequentes¹. Uma questão importante a ser discutida é a alimentação, visto que uma alimentação saudável com dieta equilibrada e com valor e qualidade de calorias ingeridas se faz necessária porque contribui para um envelhecer mantendo seus processos vitais, uma vez que o metabolismo do idoso é mais lento e a atividade física é menor². O hábito alimentar dos idosos é influenciado por fatores diversos, entre eles o aparecimento de doenças como as doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), a depressão e a demência, dentre outras, que levam ao uso de uma variedade de medicamentos, cujos efeitos colaterais podem prejudicar a ingestão, digestão, absorção e a utilização de nutrientes, afetando o consumo alimentar do idoso³. **Objetivos:** Avaliar o impacto da medicação diária na alimentação dos idosos pertencentes a um grupo de convivência de idosos na cidade de Belém-Pa. **Métodos:** Estudo transversal, descritivo, realizado no período de Abril a Agosto de 2016, durante atividades de extensão voluntária com idosos frequentadores do Núcleo de Convivência da Pastoral da Pessoa Idosa da Paróquia São Pedro e São Paulo, bairro do Guamá, em Belém-Pa. No que se refere aos aspectos éticos da pesquisa, o projeto atende aos aspectos da Resolução CNS nº 466, de 12 de dezembro de 2012, submetido à Plataforma Brasil, recebeu autorização sob CAAE nº 56210016.5.0000.0018. Aos respondentes foi explicitado o objetivo da pesquisa e concordando em participar assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Os instrumentos de pesquisa aplicados foram um questionário estruturado e coleta de medidas antropométricas. O questionário consistia em perguntas fechadas sobre dados sociodemográficos, condições de saúde e hábitos de vida, já as medidas antropométricas utilizadas foram peso, altura, circunferência da cintura, do braço e da panturrilha. Os dados coletados foram registrados em planilha eletrônica e a análise dos dados no programa BioEstat® 5.3. **Resultados e Discussão:** No estudo foram avaliados 30 idosos, com predominância do sexo feminino (90%) e média de idade de 71 anos. Dado que confirma aqueles do IBGE de serem as mulheres mais longevas que os homens¹. Nas recomendações do Ministério da Saúde os idosos devem se alimentar com frequência de três a cinco vezes ao dia, com a realização de lanches intercalados². As alterações naturais decorrentes do envelhecimento se associam ao consumo rotineiro de medicamentos que devido a seus efeitos colaterais e sua interação com os nutrientes, interferem na ingestão de alimentos e nas etapas realizadas pelo organismo como a absorção de nutrientes, o que pode afetar de forma negativa a saúde e a nutrição do idoso⁴. Como 87% dos idosos fazem uso de medicação diária, considerou-se essa informação e relacionou-se o mesmo aos dados de frequência alimentar diária dos idosos. Do total de 30 idosos, 3% não usam medicação diária e não se alimentam como recomendado; 10% não fazem uso de medicação diária e se alimentam de acordo com o recomendado; 13% fazem uso de medicação diária e não se alimentam de acordo com o recomendado e 73% fazem uso de medicação diária e se

alimentam de acordo com o recomendado; destes, 32% foram classificados como desnutridos. O percentual de idosos da amostra que utilizam medicação rotineiramente e não se alimentam com a frequência correta é reduzido, um dado que se diferencia daqueles regularmente encontrados na literatura, onde nota-se que o consumo elevado de medicamentos, influencia negativamente na ingestão e frequência alimentar^{2,4}, que refere o grande impacto do consumo de medicamentos na ingestão alimentar. Do percentual total de idosos que se alimentam de 3 a 5 vezes ao dia e usam medicamento, 32% encontram-se desnutridos, quando se analisa a classificação pelo índice de massa corporal, indicando que apesar da frequência alimentar estar adequada, as refeições não são feitas em quantidade suficiente para suprir as necessidades energéticas, o que pode justificar a desnutrição observada nesses idosos. O uso frequente de medicamentos apresenta alguns efeitos colaterais, como náuseas e vômitos, o que reduz o apetite, influencia no esvaziamento gástrico e pode levar ao consumo de um menor número de refeições ao dia, o que acarreta prejuízos à nutrição e à saúde do idoso⁴. O alto consumo de medicamentos nesta fase da vida é reflexo da presença de múltipla de doenças que aumentam a ocorrência dos efeitos colaterais, das interações medicamentosas e uso inadequado de drogas que, geralmente, causam sérias complicações e que pelo uso por tempo prolongado levam à desnutrição e à anorexia⁵. Os efeitos adversos dos medicamentos acometem com mais frequência os idosos porque há uma diminuição de suas atividades vitais, em decorrência dos tipos de medicamentos que podem afetar o estado nutricional. **Conclusão:** O uso diário de medicamentos pelo idoso é uma realidade hodierna, com a qual o idoso e seus familiares precisam lidar, por se tratar de importante cuidado com a saúde. Neste estudo observou-se que o impacto da medicação diária não refletiu negativamente no número de refeições feitas ao longo do dia, mas na quantidade de nutrientes ingeridos e absorvidos, resultando em estado nutricional alterado por desnutrição. Desta forma cabe ao profissional Nutricionista, ter o papel de estar atualizado a respeito da existente relação entre fármacos e nutrientes e seu relevante impacto para o estado nutricional do indivíduo. Ao prescrever o plano dietético atentar-se para os horários e principais nutrientes que interagem com os fármacos, para não prejudicar a ação medicamentosa e a absorção dos nutrientes. A experiência de trabalhar com e atender esta população evidenciou que o profissional nutricionista e outros da área de saúde devem estar em constante atualização para responder aos questionamentos da prática profissional em saúde.

Referências:

1. Brasil (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística). Sinopse do resultado do censo de 2013. Disponível em: <http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao>. Acesso em: 20 jan. 2016.
2. Brasil, Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. Alimentação Saudável para pessoa idosa: um manual para profissionais de saúde. 2009, 1(10); 1-28.
3. Silva, JL; Marques, APO; Leal, MCC; Melo, EMA. Fatores associados à desnutrição em idosos institucionalizados. Rev Bras Geriatr Gerontol, Rio de Janeiro, 2015; 18(2):443-451.
4. Arruda GO, Lima SCS, Renovato RD. The use of medications by elderly men with polypharmacy: representations and practices. Rev Latino Am Enferm. 2013;21(6):1337-44.

5. Abreu WC, Franceschini SC, Tinoco AL, Pereira CA, Silva MM. Inadequação no consumo alimentar e fatores interferentes na ingestão energética de idosos matriculados no programa municipal da terceira idade de viçosa (MG), Rev. Baiana de Saúde Pública. 2008 ago; 32(2): 190-202.