

PERFIL NUTRICIONAL DOS PARTICIPANTES DE UMA AÇÃO EM SAÚDE REALIZADA EM ANANINDEUA-PA

Danielle Sales Santos¹; Nadja Lobato da Silva²; Mariana Santos Correia Rodrigues³;
Juliana Almeida de Almeida⁴; Cleonisce Alves da Silva⁵

¹Graduando, Universidade Federal do Pará (UFPA);

²Especialização em Oncologia, UFPA;

³Graduando, UFPA;

⁴Graduando, UFPA;

⁵Graduando, UFPA

daniellesantos181@gmail.com

Introdução: Considera-se a fase adulta como um tempo para promoção e controle da saúde, para prevenção de doenças que podem surgir à medida que os anos avançam, mesmo quando a ênfase está no bem-estar, há fatores de risco que influenciam a morbimortalidade. Ao avaliar a saúde de adultos é importante considerar o Índice de Massa Corporal (IMC) elevado como fator de risco para hipertensão arterial sistêmica (HAS), hiperlipidemia e alta concentração de glicose no sangue, que geralmente ocorrem simultaneamente com a obesidade, ocasionando uma doença conhecida como síndrome metabólica; inatividade física e hábitos alimentares inadequados contribuem para o desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), por exemplo, câncer e diabetes Mellitus (DM), assim como depressão, ansiedade e osteoporose. Obesidade e sobrepeso geralmente estão ligados ao desequilíbrio calórico; assim como o fumo que possui potencial carcinogênico e contribui para desenvolver HAS; a ingestão de doses diárias de álcool acima da recomendada é considerada nociva e representa risco à saúde, bem como uso inadequado de suplementos que objetivam rápidas melhorias da saúde¹. A proporção de idosos que vem aumentando em todo Brasil, tem como explicação o processo de declínio da fecundidade e crescimento da expectativa de vida para homens e mulheres². O envelhecimento populacional exige preparação para as consequências próprias da idade, como alterações fisiológicas e anatômicas que repercute na saúde e nutrição e consequentemente na saúde do indivíduo, piora da capacidade funcional, alterações do paladar, qualidade de vida e presença de doenças. A variação de peso é individual e pode estar associada à perda de água no organismo e diminuição da massa muscular, principalmente em homens. Quanto à estatura, o ser humano apresenta redução de 1 a 2,5 cm por década a partir dos 40 anos, com o achatamento das vértebras e arco plantar e o arqueamento dos membros inferiores, por exemplo, o IMC, pode refletir a mudança no peso corporal e auxiliar na avaliação nutricional. Este índice é um indicativo de adiposidade para idosos, principalmente em mulheres, em que a magreza ou perda de massa muscular pode ser mais grave que o sobrepeso, visto que perda de mais de 5% de massa muscular está associada ao aumento da mortalidade, os que vivem sozinhos tem maior IMC, Circunferência da Cintura (CC) e obesidade. Fatores ambientais e ingestão inadequada de alimentos constituem fator de risco nutricional, tanto para obtenção quanto preparo da alimentação; a falta de prioridade na alimentação, o isolamento, a depressão, o luto e a menopausa afetam o estado nutricional desse idoso¹. **Objetivos:** Analisar o perfil nutricional dos participantes de uma ação em saúde realizada em uma praça pública de Ananindeua-PA. **Descrição da Experiência:** Trata-se de um relato de experiência do tipo descritivo e analítico de uma Ação em Saúde intitulada: “Aleitamento materno, saúde da mulher e osteoporose: o que preciso saber?”, realizada no dia 19 de agosto de 2017 na Praça do Complexo do Conjunto Cidade Nova 8 em Ananindeua-PA, com duração de 6 horas, na qual teve como principal público adultos e idosos de ambos os

sexos, e que apresentavam perfil nutricional desde magreza até obesidade grau 3. Os temas foram expostos em cartazes, foi utilizada uma boneca para simular um bebê e ensinar sobre a pega correta aos participantes interessados no tema e alguns alimentos fontes de cálcio importantes para prevenção e tratamento da osteoporose foram expostos sobre uma mesa com placas de identificação. Os temas que mais demonstraram curiosidades foram osteoporose, principalmente por parte dos idosos e aleitamento materno por parte do público feminino adulto. Para avaliação antropométrica foi criada uma ficha com as seguintes classificações, conforme referências específicas para sexo e idade: IMC, Circunferência da Panturrilha (exclusiva para idosos) e da Cintura. Foram usados uma balança digital e um estadiômetro portáteis para verificar peso e altura^{3,4}, e fita inelástica para aferição das Circunferências da Cintura e Panturrilha. O diagnóstico nutricional foi avaliado junto ao participante, o qual relatou sobre seus hábitos alimentares, prática de atividade física e doenças ou intercorrências que portava, em seguida foi realizada orientações nutricionais e esclarecidas dúvidas. Os dados antropométricos coletados foram analisados no Microsoft Excel® e os resultados descritivos expostos em gráficos. **Resultados:** Foram analisados 30 indivíduos que participaram da ação, sendo que para variável idade, 60% eram adultos e 40% idosos. E para a variável sexo, 43% eram do sexo masculino e 57% do sexo feminino. Já para o Diagnóstico Nutricional segundo classificação do IMC para adultos e idosos, percebeu-se que 27,78% dos adultos apresentaram eutrofia, 38,89% sobrepeso, 16,67% obesidade grau 1, 11,11% obesidade grau 2 e 5,56% obesidade grau 3. Dos idosos, apenas 16,67% estavam com magreza, 41,67% apresentaram eutrofia e o mesmo valor foram classificados com sobrepeso. Para a classificação da circunferência da Panturrilha para os idosos, verificou-se que somente 8% apresentavam perda de massa muscular e os 92% estavam com a massa muscular adequada. Para a classificação da circunferência da cintura de ambos os grupos etários, percebeu-se que 27% tinham a circunferência adequada e 73% dos participantes estavam com a circunferência da cintura elevada. De acordo com os resultados percebeu-se que a maioria dos adultos e a metade dos idosos estavam com sobrepeso, o que reflete bem a realidade da população nacional em que a quantidade de pessoas com sobrepeso e obesidade está atingindo níveis alarmantes segundo diversos estudos, principalmente devido ao aumento crescente do sedentarismo, sendo estes fatores de risco para desenvolvimento de DCNT. Observou-se um maior percentual de participantes com a circunferência da cintura elevada, sendo que a classificação da circunferência da cintura é um dos preditores de gordura abdominal total, e está relacionada a complicações metabólicas associadas à obesidade, tais como HAS, DM e dislipidemias. Um estudo de 2016 realizado com 138 indivíduos através de uma Ação educativa realizada em Belém-PA, que tinha como objetivo verificar a correlação entre o estado nutricional e o risco coronariano dos participantes atendidos na Ação, concluiu que mais da metade dos indivíduos estavam com sobrepeso/obesidade (63,77%) e o perfil nutricional segundo a circunferência da cintura mostrou que 57,97% estavam com risco de doenças cardiovasculares⁵. Os achados confirmam os resultados encontrados no presente estudo realizado em Ananindeua-PA. **Conclusão ou Considerações Finais:** Essa ação em saúde salientou a importância da avaliação nutricional, para o diagnóstico nutricional precoce do excesso de peso, suas complicações e desenvolvimento de comorbidades. Demonstrando o perfil nutricional dos participantes, a importância da orientação e diagnóstico nutricional, como medidas dietéticas e educacionais devem ser aplicadas para diminuir o excesso de peso, e conscientizar a população para a aquisição de hábitos alimentares saudáveis, garantindo uma melhor qualidade de vida.

Descritores: Avaliação nutricional, Fatores de risco, Índice de Massa Corporal.

Referências:

1. Vitolo MR. Nutrição: da gestação ao envelhecimento. 2ª ed. Rio de Janeiro: Rúbio; 2015.
2. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), Censo demográfico 2010: Características gerais da população, religião e pessoas com deficiência. IBGE. 2012.
3. Lipschitz DA. Screening for nutritional status in the elderly. *Prim Care*. 1994; 21:55-67.
4. World Health Organization (WHO). Physical status: the use and interpretation of anthropometry. Geneva. Tech Rep Ser. 1995;854:1-452.
5. Carvalho EV, Costa L, Vieira V, Araújo MS, Martens IBG, Sá NNB, Silva RA. Correlação entre o estado nutricional e o risco coronariano de adultos atendidos em uma Ação educativa em Belém Pará. *Rev. Bras. Obes.* 2016; 10(55):40-49.