



XXV ENCONTRO DE JOVENS PESQUISADORES  
VII MOSTRA ACADÊMICA DE INOVAÇÃO E TECNOLOGIA

De 17 a 19 de outubro de 2017  
Campus-Sede da UCS • Caxias do Sul



## **CONSUMO DIETÉTICO DE CÁLCIO E ZINCO E A RELAÇÃO COM OBESIDADE EM IDOSAS DO PROGRAMA UCS SÊNIOR DE CAXIAS DO SUL**

Carolina Pagnoncelli Gabrielli (BIC-UCS), Ana Carolina Bisinella da Silva, Karina Marsiglio Pereira, Letícia Dartora, Sandra Czarnobai Benincá, Carin W. Gallon e Heloísa Theodoro, Josiane Siviero (Orientadora(a))

Estudos apontam a influência exercida pelos micronutrientes com a obesidade, em especial pelos minerais. Os minerais participam no metabolismo energético secreção e ação da insulina. A obesidade está associada à diminuição drástica, em vários tecidos, nas concentrações de zinco, cobre, ferro e manganês e alguns trabalhos verificaram que a alta ingestão de cálcio está associada com menor peso corporal. Tem sido apontada a participação do cálcio na regulação da temperatura corporal como via antiobesidade. O objetivo do estudo foi verificar se existe relação entre o consumo alimentar de cálcio e zinco com obesidade em idosas participantes do UCS Sênior. Estudo transversal, com idosas, a partir do banco de dados dos participantes do Projeto Nutrição e Envelhecimento da UCS. As variáveis analisadas foram: idade, estado civil, renda, circunferência da cintura e índice de massa corporal. Os nutrientes foram cálcio e zinco a partir do Recordatório alimentar Habitual de 24 horas. Este estudo teve aprovação pelo CEP sob parecer nº 061. Utilizou-se o software SPSS® versão 21 para as análises. Para descrição das variáveis a média, desvio padrão, números absolutos e percentuais. O teste de qui-quadrado foi para realizar a comparação de prevalências. Considerou-se estatisticamente significativo  $p < 0,05$ . Avaliou-se 136 idosas com 60-86 anos frequentadoras do programa UCS Sênior. Quanto às variáveis sócio demográficas, a média de idade foi 66,4 (6,0) anos, 58,1% recebiam de 3-6 salários mínimos e a maioria das mulheres eram casadas (62,5%). A prevalência de obesidade abdominal foi 41,9% e de sobrepeso (IMC  $> 27 \text{ kg/m}^2$ ) foi 55,9%. Quanto ao consumo de micronutrientes, a prevalência de baixo consumo de cálcio ( $< 1.100 \text{ mg/dia EAR-DRI}$ s) foi 88,2%, com média de consumo diária de 692,85(340,98) mg e a prevalência de baixo consumo de zinco ( $< 6,8 \text{ mg/dia EAR-DRI}$ s) foi 53,7%, com média de consumo diária 7,55(4,70) mg. As prevalências de obesidade abdominal e sobrepeso foram estatisticamente significativas para estado civil, sendo que mulheres solteiras e viúvas apresentaram maiores prevalências ( $p = 0,02$ ;  $p < 0,001$ , respectivamente). O baixo consumo de cálcio e zinco não foi estatisticamente associado com obesidade abdominal e sobrepeso. Torna-se necessário alertar e educar os idosos para melhorar a alimentação no que tange o consumo dos alimentos fonte de cálcio e zinco, além de adequar o estado nutricional em relação ao sobrepeso e obesidade entre as idosas.

Palavras-chave: consumo alimentar, estado nutricional, obesidade

Apoio: UCS, ADCA - CNPq