



PREVALÊNCIA DE ALGUMAS DOENÇAS CRÔNICAS NÃO TRANSMISSÍVEIS EM IDOSAS DO PROGRAMA DE EXTENSÃO UCS SÊNIOR E A RELAÇÃO COM NUTRIENTES E ANTROPOMETRIA

Valéria Cristina Artico (VOLUNTÁRIO), Ricardo Reichenbach, Josiane Siviero (Orientador(a))

A prevalência de diabetes mellitus tipo 2 (DM2), hipertensão arterial sistêmica (HAS) e obesidade em idosas é significativa no Brasil. Diante disso, identificar essa população é extremamente importante para orientação e manejo dessas doenças à fim de minimizar seus impactos a médio e longo prazo. Uma mudança de estilo de vida, com adequação dietética e controle do peso corporal, podem ser importantes aliados. Avaliar a prevalência de algumas doenças crônicas em idosas do Programa de extensão UCS Sênior e a relação com nutrientes e antropometria. Estudo transversal retrospectivo e descritivo com 130 idosas (>60 anos) do Programa UCS Sênior. As variáveis foram obtidas através de entrevistas e avaliação antropométrica. Utilizou-se o recordatório alimentar de 24 horas para conhecer a alimentação; obteve-se o relato de serem portadoras de HAS, DM2 e diagnosticou-se obesidade. Avaliou-se peso, altura, índice de massa corporal (IMC) e circunferência abdominal (CA). Os dados foram analisados de acordo com o preconizado pelas Diretrizes Brasileiras referentes às patologias já mencionadas. Utilizou-se o Excel 14.0 para análise estatística. As idosas hipertensas da amostra consomem 5% menos sódio que as não hipertensas e apenas 14% consomem mais sódio do que é recomendado. Quanto ao consumo quantitativo de micronutrientes preconizado pelas DRIS (Dietary Reference Intakes), há deficiência por parte dessa população. Referente aos macronutrientes, 54% consomem o percentual de gordura preconizado, 60% o de carboidrato e 40% o recomendado para proteínas. Entre as diabéticas, 53,3% consomem os lipídeos, 67% os carboidrato e 33% as proteína de acordo com a diretriz. Referente às obesas e o consumo de macronutrientes, a maioria apresenta um déficit na quantidade segundo as diretrizes. Mais de 80% das idosas da amostra não cumprem com o preconizado para a CA. As idosas hipertensas frequentadoras do Programa UCS Sênior demonstram-se orientadas em relação ao consumo de sódio abaixo dos 2 gramas/dia. No entanto, observa-se que não houve, por parte da maioria das idosas da amostra, aderência ao consumo adequado de micro e macronutrientes conforme preconizado pelas diretrizes de suas condições patológicas e DRIs. Com tais dados, é possível, direcionar uma atividade de orientação no programa UCS Sênior pautada sobre os principais déficits nutricionais, sendo pontual na correção de determinadas práticas alimentares.

Palavras-chave: Doenças crônicas, Nutrição, Idosas

Apoio: UCS