



XXXIV ENCONTRO DE JOVENS PESQUISADORES,
XVI MOSTRA ACADÊMICA DE INOVAÇÃO E TECNOLOGIA e
I MOSTRA DE EXTENSÃO: CONEXÕES ENTRE
UNIVERSIDADE E COMUNIDADE.



CIRCUNFERÊNCIA DA CINTURA E O CONSUMO ALIMENTAR DE UMA AMOSTRA DOS PARTICIPANTES DO PROGRAMA DE EXTENSÃO UCS-SÊNIOR.

Arthur Elias Emmer Amaral (PIBIC-CNPq), Kauane Lucchese Machado (co-autora);
Karen Mello de Mattos Margutti (co-orientadora), Josiane Siviero (Orientador(a))

Os cuidados com a pessoa idosa no processo de envelhecimento impõem desafios. Com o avanço da idade, o organismo passa por alterações fisiológicas, metabólicas e funcionais. Essas mudanças afetam o apetite, a digestão e a absorção de nutrientes, exercendo um impacto no estado nutricional do idoso podendo comprometer a autonomia e qualidade de vida. O estudo teve objetivo de avaliar a circunferência da cintura e o consumo alimentar de uma amostra dos participantes do Programa de Extensão UCS-Sênior. Trata-se de um estudo de delineamento transversal vinculado a pesquisa intitulada: Associação dos níveis de atividade física, estado nutricional, força muscular, capacidade funcional e risco de quedas em idosos: um estudo com participantes de um programa de atividades multidisciplinares aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade de Caxias do Sul (UCS) com parecer número 74414823.1.0000.5341. A população de estudo foi composta por 85 de pessoas idosas. Avaliou-se idade, sexo, peso, estatura, índice de massa corporal (IMC) e circunferência da cintura (CC). O consumo alimentar foi obtido por meio de algumas questões da Mini Avaliação Nutricional. Os dados foram analisados no Rstudio® vs.2026.01.1. Para as associações e comparações de médias/medianas, aplicou-se o teste não paramétrico *Wilcoxon* e para comparações par a par (pairwise). O teste *t* de *Student* independente foi utilizado para verificar diferenças na média do número de refeições diárias. Foram considerados com significância estatística o $p < 0,05$. A idade média foi $68,44 \pm 5,69$ anos, prevaleceu o sexo feminino (81,2%). O estado nutricional da maioria foi sobrepeso, sendo 53,6% mulheres e 75,0% homens. 65,9% apresentaram CC inadequada, sendo 47,1% com risco muito elevado. A maioria realiza no mínimo três refeições completas/dia (94,2% feminino e 87,5% masculino). No consumo de frutas e produtos hortícolas, 95,7% das mulheres e 93,8% dos homens consumiam duas ou mais porções diárias. O consumo diário de ao menos uma porção de leite e/ou derivados foi referido por 91,3% mulheres e 81,2% homens. Na associação entre consumo alimentar e CC não houve associação significativa ($p > 0,05$), porém a comparação relativa ao consumo de frutas e hortaliças apresentou tendência estatística ($p = 0,099$), com diferença de medianas de 18 cm da CC entre quem não consome e quem consome as quantidades recomendadas. Apesar da prevalência de sobrepeso e inadequação da CC, os participantes em sua maioria realizam três refeições/dia e consumiam diariamente frutas, hortaliças e alimentos proteicos, corroborando para o melhor aporte nutricional diário.

Palavras-chave: Circunferência da cintura, Consumo Alimentar, Pessoa Idosa

Apoio: UCS, CNPq