



ESTADO NUTRICIONAL E AUTOPERCEPÇÃO DE SAÚDE EM PARTICIPANTES DO PROGRAMA UCS SÊNIOR

Kauane Lucchese Machado (BIC-UCS), Arthur Elias Emmer Amaral, Josiane Siviero , Karen Mello de Mattos Margutti (Orientador(a))

O envelhecimento está associado a alterações fisiológicas, funcionais e cognitivas que impactam na composição corporal, no estado nutricional e na autopercepção de saúde em pessoas idosas. O estudo objetivou avaliar o estado nutricional e a autopercepção da saúde dos participantes do Programa UCS Sênior. Trata-se de um estudo transversal vinculado à pesquisa SENIORFIT 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 aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade de Caxias do Sul (UCS), parecer nº 74414823.1.0000.5341. A coleta de dados ocorreu entre abril de 2024 e março de 2025 e a população de estudo foi composta por pessoas idosas (≥ 60 anos de idade). Foram avaliadas as variáveis: idade (anos), sexo (feminino / masculino), peso (kg), estatura (m), índice de massa corporal - IMC (kg/m^2), circunferência da cintura - CC (cm), risco cardiovascular e autopercepção de saúde por meio da questão: Em comparação com outras pessoas da sua idade, como considera o paciente a sua própria saúde? do instrumento Mini Avaliação Nutricional® (MNA®). O estado nutricional foi classificado pelo IMC em baixo peso ($<22 \text{ kg/m}^2$), eutrofia ($22\text{--}27 \text{ kg/m}^2$) e sobrepeso ($>27 \text{ kg/m}^2$). Pela CC foi avaliado o risco cardiovascular classificado como elevado (em mulheres: $\geq 80 \text{ cm}$ e em homens: $\geq 94 \text{ cm}$) e muito elevado (em mulheres: $\geq 88 \text{ cm}$ e em homens $\geq 102 \text{ cm}$). Os dados foram analisados no RStudio versão 2026.01.1. Utilizou-se o teste qui-quadrado de Pearson e o teste de Wilcoxon-Mann-Whitney, adotando-se $p < 0,05$. Participaram 85 pessoas idosas, com média de idade de $68,44 \pm 5,69$ anos, sendo 81,2% do sexo feminino. Apresentaram sobrepeso 53,6% das mulheres e 75,0% dos homens. A CC foi inadequada em 65,9% da amostra, sendo 47,1% classificados com risco cardiovascular muito elevado. Não houve associação entre estado nutricional e autopercepção da saúde ($p = 0,247$) ou risco cardiovascular ($p = 0,303$). Os únicos dois indivíduos que perceberam sua saúde como pior pertenciam aos grupos de sobrepeso e risco cardiovascular muito elevado. Conclui-se que a autopercepção de saúde não foi impactada pela presença de sobrepeso e risco cardiovascular, possivelmente devido à participação em programas que favorecem uma percepção positiva da saúde.

Palavras-chave: Autopercepção em saúde , Pessoa idosa, Estado Nutricional

Apoio: UCS