

# ACOMPANHAMENTO E AVALIAÇÃO NUTRICIONAL DE IDOSOS EM UMA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE

## **Objetivos**

- Propiciar aos acadêmicos do curso de nutrição a vivência de equipe e do trabalho interdisciplinar no Sistema Único de Saúde (SUS);
- Promover a saúde para a população idosa e de sua família;
- Realizar a avaliação nutricional.

## **Materiais e Métodos**

Foram realizadas visitas domiciliares pela equipe multiprofissional durante as quais foram aplicados questionários padronizados e preenchidas as cadernetas de acompanhamento da saúde dos idosos e realizadas medidas antropométricas. A caderneta de saúde da pessoa idosa foi lançada pelo Ministério da Saúde no ano de 2012 e nela devem ser registradas informações sobre hábitos de vida, uso de medicações, problemas de saúde, necessidades de cuidados, controle de peso, PA, glicemia, dentre outros. Já o questionário foi composto por 50 questões as quais buscavam informações sobre hábitos de vida, moradia, situações de risco de fragilidade, atividades de vida diária básicas, problemas de saúde, entre outros.

Foram aferidos: peso, altura, índice de massa corporal (IMC), circunferência da cintura e da panturrilha. As coletas relativas ao peso e altura foram feitas segundo técnicas preconizadas pelo Ministério da Saúde. A aferição da massa corporal foi feita com uma balança digital Marte® com precisão de 100g e a altura foi mensurada com estadiômetro portátil Altorexata®. A circunferência da panturrilha foi verificada buscando-se o maior perímetro da região e a da cintura foi realizada ao nível da cicatriz umbilical sobre a pele, utilizando-se fita métrica inelástica.

## **Discussão**

A visita domiciliar é uma ferramenta importante da Equipe da Estratégia Saúde da Família (ESF) para a assistência familiar de forma mais integral, tendo em vista a necessidade do idoso e de sua família. A maior vinculação dos usuários e sua família com o serviço de saúde pode resultar em maior co-responsabilização com o plano

terapêutico estabelecido pela equipe em conjunto com a família e, desta forma, contribuir na melhora da saúde e na redução das taxas de internações hospitalares.

Foram visitados aproximadamente 30 idosos. Muitos apresentavam problemas que afetavam mais especificamente a alimentação, como as patologias que implicam em restrição alimentar, as limitações econômicas, que os impedem de manter uma alimentação saudável pelo difícil acesso a determinados alimentos, colocando-os em situação de insegurança alimentar e nutricional. Outras questões físicas e emocionais que implicadas direta ou indiretamente na saúde dos idosos foram observadas, como os problemas de locomoção, dificultando a realização de certas medidas antropométricas; as dificuldades auditivas, requerendo assim maior tempo de conversa e atenção para o entendimento; e as questões emocionais, comuns da idade ou resultantes da história de vida e estrutura familiar que requerem habilidades como a escuta qualificada por parte da equipe.

Do exposto acima, reside a riqueza da experiência para a formação profissional, quando podemos, enquanto área da nutrição e constituindo a equipe multidisciplinar, vivenciar a atenção à saúde do idoso em uma atividade que além de ser da assistência na atenção primária à saúde, também é de extensão e de pesquisa acadêmica. Muito além do trabalho de aferições de dados antropométricos, podemos observar o ser humano como um todo, não só o biológico, mas também constituído por características sociais, religiosas, econômicas e culturais.

A experiência desse trabalho permitiu vivenciar, pensar, construir opiniões sobre o Sistema Único de Saúde (SUS), o papel do nutricionista e a da equipe multidisciplinar, além de romper a dicotomia teoria-prática. Ainda, pode-se constatar que é um grande desafio às diferentes profissões da saúde trabalhar de forma integrada.

Em idosos, o IMC, além de ser fator preditor de mortalidade e morbidade, está associado com capacidade de vida independente, maior mobilidade e preservação do estado mental. Já a circunferência da panturrilha também tem sido mostrada como um fator preditor importante na saúde de idosos, pois pode indicar desnutrição pela perda muscular.

Assim que estiverem descritos todos os resultados da população em estudo e diagnosticadas as suas necessidades e demandas será um caminho viável para atendê-las o planejamento e a continuidade do trabalho. Futuramente, espera-se expandir para as demais equipes e divulgar os resultados para posterior aplicação em outras Unidades Básicas de Saúde.

### **Processos Avaliativos**

Relato de experiência dos estudantes de nutrição participantes;

Acompanhamento nutricional dos idosos (desfecho) e encaminhamentos;

Resultados deste trabalho contribuem para uma formação mais comprometida com as ações do SUS na atenção primária;

A equipe local poderá utilizar os resultados deste trabalho no seu próprio processo de avaliação e de planejamento das atividades;