

263

**CONSUMO DE FRUTAS E VERDURAS: SUA RELAÇÃO COM O ESTADO NUTRICIONAL E COM A SAÚDE BUCAL DE IDOSOS DE CARLOS BARBOSA/RS.** *Daiane Bernardi Machado, Renato de Marchi, Maria Terezinha Antunes (orient.) (FFFCMPA).*

O envelhecimento é um processo contínuo, natural, irreversível, e multifatorial, marcado por alterações fisiológicas bastante difundidas. A população brasileira vem apresentando um aumento na expectativa de vida causado, principalmente, por progressos tecnológicos, queda da taxa de fecundidade, avanço nos estudos relacionados à saúde e melhora nas condições de saneamento básico (Araújo, 2000). Diante desta nova realidade, aumenta a necessidade em conhecer-se o processo de envelhecimento e os fatores relacionados a ele, dentre os quais a alimentação (Brasil, MS, 2005). Essa sofre influências relacionadas aos hábitos alimentares e às alterações fisiológicas. A saúde bucal, incluindo a perda dentária, está associada a mudanças na preferência alimentar e à deficiência nutritiva em idosos (Agudo, 2004). O presente estudo tem por objetivo identificar a relação existente entre a quantidade consumida de frutas e verduras, a saúde bucal e o índice de eutrofia, em idosos independentes do município de Carlos Barbosa - RS. O estudo é transversal e analítico com base populacional. A população analisada é composta por 450 idosos saudáveis e independentes, de Carlos Barbosa, RS. As variáveis verificadas foram: peso, altura, IMC, consumo alimentar e saúde bucal. O consumo alimentar foi investigado através da aplicação do instrumento Inquérito Recordatório de 24 horas. Os resultados obtidos foram comparados ao recomendado pelo Programa "5 ao Dia". O nível de saúde bucal foi demonstrado pelo número de dentes dos idosos estudados. Os dados foram analisados através do programa Epi-Info. Idosos que possuem boas condições de saúde bucal apresentam maiores percentuais de eutrofia e de consumo de frutas e verduras.