

Instituto Politécnico de Castelo Branco

Escola Superior Agrária

Prevalência de desnutrição em idosos institucionalizados em lares dos concelhos de Vila Velha de Ródão e Castelo Branco

Alexandra do Nascimento Morgado Martins

Relatório Fim de Curso apresentado ao Instituto Politécnico de Castelo Branco para cumprimento dos requisitos necessários à obtenção do grau de Licenciada em Nutrição Humana e Qualidade Alimentar, realizado sob a orientação científica do Nutricionista Rui Manuel Pires Alves, Professora Dina Raquel Fernandes João, assistente convidada da Escola Superior Agrária do Instituto Politécnico de Castelo Branco.

Agradecimentos

Durante estes anos foram várias as pessoas que colaboraram e me ensinaram as mais diversas coisas. Caminhei muito para alcançar este momento, agora quero revelar os meus sinceros agradecimentos às pessoas que me fizeram sorrir, chorar, sentir, viver e crescer durante esta etapa da minha vida.

À professora Dina Raquel Fernandes João, orientadora de estágio, pela disponibilidade desde logo demonstrada na orientação deste trabalho e esclarecimento de todas as dúvidas, pela confiança e pela oportunidade de que este trabalho fosse realizado.

Ao nutricionista Rui Alves, orientador na instituição onde realizei o estágio, pela amizade e pelo apoio em todas as atividades práticas desenvolvidas.

À animadora Sónia pela preciosa ajuda e disponibilidade sempre demonstrada, sobretudo na parte final da realização do estágio na Santa Casa da Misericórdia de Castelo Branco.

A todas as instituições que me permitiram a realização deste trabalho, e a todos os utentes que se voluntariaram e dispuseram do seu tempo para participar no estudo realizado.

A todos os que sempre me apoiaram e estiveram presentes, o meu obrigada pela amizade e carinho demonstrados.

E, em especial aos meus pais que sempre foram o meu pilar e alento, e que sempre fizeram de tudo para me apoiar e tornar possível todo o meu percurso académico.

A todos o meu muito obrigada!

Palavras chave:

Idosos institucionalizados, Estado Nutricional, Castelo Branco, Vila Velha de Ródão, *Mini Nutritional Assessment*, Desnutrição

Resumo

O presente trabalho tem por base o estágio final do curso de licenciatura em Nutrição Humana e Qualidade Alimentar da Escola Superior Agrária do Instituto Politécnico de Castelo Branco, o qual foi realizado na Santa Casa da Misericórdia de Castelo Branco (SCMCB) e enriquecido pelas avaliações efetuadas em 6 (42,85%) dos 14 lares dos concelhos de Vila Velha de Ródão (VVR) e de Castelo Branco (CB), tendo como objetivo determinar a prevalência de desnutrição em idosos institucionalizados nestes dois concelhos. Para além da avaliação do estado nutricional dos idosos foram realizadas outras atividades no decorrer do estágio tais como elaboração de um manual de dietas e elaboração de ementas, foi realizada uma exposição oral, entre outras atividades.

A amostra contou com 111 idosos, 17 do concelho de VVR e 94 do concelho de CB. Para a avaliação do estado nutricional dos idosos foi utilizado o questionário *Mini Nutritional Assessment* (MNA) e, em relação ao índice de massa corporal (IMC), foi utilizada a classificação proposta por Lipschitz (1994). Por forma a relacionar o estado nutricional dos idosos com o tempo de institucionalização foram considerados cinco intervalos para este último: <1 mês, 1-3 meses, 3-6 meses, 6-12 meses e >12 meses.

Dos 111 idosos, 27,03% (n=30) eram do sexo masculino e 72,97% (n=81) do sexo feminino, com idade média de $85,10 \pm 5,71$ anos (65-97). Constatou-se que 4 (3,60%) idosos encontravam-se desnutridos, 64 (57,66%) sob risco de desnutrição e 43 (38,74%) com estado nutricional normal. A maioria dos idosos apresentou excesso de peso (n=70; 63,3%), tendo apenas 31 dos idosos peso saudável (27,09%).

Feita a relação entre o tempo de institucionalização e o estado nutricional dos idosos avaliados, concluiu-se que estas duas variáveis eram independentes, não havendo, portanto, qualquer relação entre elas.

Pode-se, assim, concluir que os idosos institucionalizados nos concelhos de CB e VVR, não se encontram, de um modo geral, mal nutridos. No entanto, tendo em conta a elevada percentagem de idosos sob risco de desnutrição, seria importante tomar algumas medidas para contrariar estes resultados, nomeadamente, as instituições investirem em profissionais de nutrição, visto apenas duas das instituições visitadas contarem com a presença de um nutricionista.

Keywords

Institutionalized elderly, Nutritional status, Castelo Branco, Vila Velha de Ródão, *Mini Nutritional Assessment*, Malnutrition

Abstract

This work is the result of the traineeship in *Nutrição Humana e Qualidade Alimentar* of Escola Superior Agrária of Instituto Politécnico de Castelo Branco which was conducted in Santa Casa da Misericórdia de Castelo Branco (SCMCB) and enriched by the evaluations conducted in 6 (42,85%) of 14 nursing home in the municipalities of Vila Velha de Rodão (VVR) and Castelo Branco (CB).

The aim of this work was to determine the prevalence of malnutrition in institutionalized elderly in these two municipalities. Beyond the assessment of nutritional status of the elderly, other activities were made during the traineeship, such as elaboration of a diet manual and elaboration of menus, was made a presentation, and other activities.

The sample included 111 elderly, 17 from VVR and 94 from CB. For assessment of nutritional status, the Mini Nutritional Assessment (MNA) questionnaire was used and, to classify the nutritional status by the body mass index (IMC), we chose the classification proposed by Lipschitz (1994). To study the relation of nutritional status with the time of institutionalization, 5 intervals were considered: <1 month, 1-3 months, 3-6 months, 6-12 months and >12 months.

Of 111 elderly, 27,03% (n=30) were male and 72,97% (n=81) female, with mean age of 85,10±5,71 years (65-97). It was found that 4 (3,60%) elderly were malnourished, 64 (57,66%) at risk of malnutrition and 43 (38,74%) with normal nutritional status. Most of the individuals were overweight (n=70; 63,3%) and just 31 had healthy weight (27,09%).

Made the relation with the time of institutionalization and the nutritional status, we concluded that these two variables were independent, and there is no relation between them.

It can be concluded that, in the municipalities of VVR and CB, the institutionalized elderly aren't, in general, malnourished. Although, given the high percentage of elderly with risk of malnutrition, would be important to take some steps and to make some intervention to ensure an adequate nutritional status. In particular, institutions must include nutrition professionals in their work teams, once only 2 of the institutions visited have a nutritionist.

Índice geral

Agradecimentos	ii
Resumo	iii
Abstract	iv
Índice de figuras	vi
Índice de tabelas.....	vii
Índice de anexos	viii
Lista de abreviaturas.....	ix
1. Introdução e objetivos.....	1
2. Material e Métodos	4
2.1 Caracterização da população e seleção da amostra	4
2.2 Avaliação Antropométrica	4
2.3 Questionário <i>Mini Nutritional Assessment</i>	5
2.4 Tempo de institucionalização.....	6
2.5 Análise estatística.....	7
3. Resultados	8
3.1 Características da amostra	8
3.2 Prevalência de idosos desnutridos e sob risco de desnutrição	8
3.3 Resultados da classificação do IMC	9
3.4 Patologias mais frequentes.....	10
3.5 Acompanhamento por parte de um profissional de nutrição.....	10
3.6 Tempo de institucionalização.....	11
3.7 Resultados obtidos da percentagem de massa gorda	11
3.8 Relação entre o tempo de institucionalização e a prevalência de desnutrição.....	11
3.9 Relação entre o tempo de institucionalização e o estado nutricional.....	12
3.10 Relação entre o acompanhamento nutricional e a prevalência de desnutrição e o estado nutricional	12
3.11 Relação entre a idade e a prevalência de desnutrição e o estado nutricional	12
4. Análise crítica dos resultados	13
5. Outras atividades realizadas no âmbito do estágio	16
5.1 Elaboração de <i>Checklist</i> e sua aplicação.....	16
5.2 Cartaz de higiene e segurança nas copas	16
5.3 Elaboração de um manual de dietas.....	17
5.4 Elaboração de planos alimentares para casos clínicos	18
5.5 Desenvolvimento de um questionário para a primeira consulta de nutrição	19
5.6 Palestra sobre “Chás e Infusões”	19
5.7 Elaboração de ementas	20
6. Conclusão	21
Bibliografia.....	23
Anexos	26

Índice de figuras

Figura 1- Estado nutricional dos idosos institucionalizados em lares do concelho de Vila Velha de Rodão, segundo o <i>Mini Nutritional Assessment</i>	8
Figura 2- Estado nutricional dos idosos institucionalizados em lares do concelho de Castelo Branco, segundo o <i>Mini Nutritional Assessment</i>	9
Figura 3- Estado nutricional dos idosos institucionalizados em lares de ambos os concelhos, segundo o <i>Mini Nutritional Assessment</i>	9
Figura 4- Estado Nutricional dos idosos institucionalizados em lares dos concelhos de Vila Velha de Rodão e Castelo Branco, segundo o Índice de Massa Corporal.....	10
Figura 5- Percentagem de idosos institucionalizados há <1 mês, entre 1-3 meses, 3-6 meses, 6-12 meses e >12 meses	11

Índice de tabelas

Tabela1-Classificação do estado nutricional de idosos através do IMC, segundo Lipschitz (1994) ..5

Índice de anexos

Anexo1 - Consentimento informado

Anexo2 - *Mini Nutritional Assessment*

Anexo3 - Folha de registo de dados

Anexo4 - Valores Antropométricos, tempo de institucionalização e avaliação segundo o MNA

Anexo5 - Valores da Composição Corporal

Anexo6 - Excerto da *Checklist* elaborada

Anexo7 - Cartaz de higiene e segurança nas copas

Anexo8 - Excerto do manual de dietas elaborado

Anexo9 - Planos Alimentares

Anexo10 - Desenvolvimento de um questionário para a primeira consulta de nutrição

Anexo11 - Apresentação da palestra sobre “Chás e Infusões”

Anexo12 - Ementas

Lista de abreviaturas

CB - Castelo Branco

dl - decilitro

g - gramas

IMC - Índice de Massa Corporal

Kcal - Quilocalorias

Kg - Quilogramas

m - metros

mg - miligramas

MNA - *Mini Nutritional Assessment*

PAL - *Physical Activity Level*

SCMCB - Santa Casa da Misericórdia de Castelo Branco

SPSS - *Statistical Package for the Social Sciences*

VVR- Vila Velha de Ródão

WHO - *World Health Organization*