

## **AVALIAÇÃO NUTRICIONAL EM IDOSOS**

**Marilian Serafini<sup>1</sup>**  
**Carine Gozzi<sup>2</sup>**  
**Cilda Piccoli Ghisleni<sup>3</sup>**  
**Roseana Baggio Spinelli<sup>4</sup>**

Com o envelhecimento as mudanças fisiológicas são inevitáveis. Vários fatores contribuem para agravar o estado nutricional dos idosos, mas a falta de apetite e de dentes, dificuldade ao deglutir e as dificuldades socioeconômicas são as modificações mais marcantes na vida dos idosos. A ingestão adequada de nutrientes só será efetiva com uma alimentação balanceada, desta forma os idosos poderão manter o estado nutricional. Este trabalho teve por objetivo avaliar o estado nutricional através do Índice de Massa Corporal (IMC) pelo peso corporal e altura, na comemoração do Dia da saúde no município de Severiano de Almeida, RS. O peso corporal foi aferido em balança antropométrica com capacidade para 150 kg e sensibilidade de 100g, calibrada para zero. A altura foi medida com régua antropométrica fixa à balança. Foram avaliados 74 idosos, com idade entre 60 a 84 anos, sendo destes 57 mulheres e 17 homens. Das mulheres 21,05% (12 mulheres) apresentaram magreza, 31,57% (18 mulheres) em eutrofia e 47,36% (27mulheres) apresentaram excesso de peso. Entre os homens 11,76% (2 homens) apresentaram magreza, 52,94% (9 homens) em eutrofia e 35,29% (6 homens) estavam com excesso de peso. Esses resultados sugerem que a maioria ( 57,89%) dos idosos avaliados encontram-se acima do peso e em risco de desenvolver doenças crônicas que aparecem com o envelhecimento, as quais não foram pesquisadas na ocasião. Observou-se, também, que o acompanhamento nutricional destes idosos seria de grande importância para prevenir o aparecimento de doenças crônicas e ajudar na melhora qualidade de vida.

**Palavras-chaves:** Idosos. Avaliação nutricional. Índice de massa corporal.

---

<sup>1</sup> URI (marilianserafini@hotmail.com).

<sup>2</sup> Saúde - URI Campus de Erechim.

<sup>3</sup> Saúde - URI Campus de Erechim.

<sup>4</sup> Saúde - URI Campus de Erechim.

Apoio Financeiro: URI Campus de Erechim