**NUTRIÇÃO E SAÚDE**

Nome Sobrenome[[1]](#footnote-1); Nome Sobrenome[[2]](#footnote-2); Nome Sobrenome[[3]](#footnote-3); Nome Sobrenome[[4]](#footnote-4); Nome Sobrenome[[5]](#footnote-5)\*.

Linha de pesquisa: Xxxxxxxxxxxxx

O envelhecimento, como um processo natural, provoca alterações anatômicas e funcionais no organismo que afetam a saúde e o estado nutricional do idoso, destacando-se a perda de massa magra, o que aumenta o risco para doenças crônicas. O objetivo desse estudo foi realizar uma revisão de literatura sobre os hábitos alimentares da população idosa e identificar demais fatores associados que pudessem ou não influenciar tais hábitos. A metodologia utilizada constitui uma revisão bibliográfica com revisão de artigos publicados entre os anos de 2016 e 2020. Foram consultadas as bases de dados Scielo e Google acadêmico, sendo utilizado como palavras-chave: Hábitos alimentares idoso, nutrição no idoso, estilo de vida população idosa. Os resultados mostram que idosos do sexo masculino e idade superior a 80 anos possuem maiores dificuldades relacionadas a alimentação, devido a complicações de mastigação e deglutição, relacionado ao baixo peso. Menor nível socioeconômico também constituiu fator determinante para a alimentação do idoso, favorecendo o consumo de alimentos industrializados e ultra processados por essa população. As práticas alimentares dizem muito sobre a história cultural e social do indivíduo ao longo de sua vivência, e corresponde desde a escolha e preparação até o consumo do alimento. Sendo assim, torna-se necessário a atenção especial à alimentação da população idosa, uma vez que um adequado estado nutricional reduz significativamente complicações de saúde e promove um envelhecimento bem-sucedido.

**Palavras-chave:** Nutrição. Idoso. Hábitos alimentares.

1. Titulação e área de conhecimento, vínculo, e-mail [↑](#footnote-ref-1)
2. Titulação e área de conhecimento, vínculo, e-mail [↑](#footnote-ref-2)
3. Titulação e área de conhecimento, vínculo, e-mail [↑](#footnote-ref-3)
4. Titulação e área de conhecimento, vínculo, e-mail [↑](#footnote-ref-4)
5. Titulação e área de conhecimento, vínculo, e-mail, orientador

   \* autor para correspondência: e-mail: .............. [↑](#footnote-ref-5)