

**ANAIS CIEEH 2018**



ISSN 2238-9865

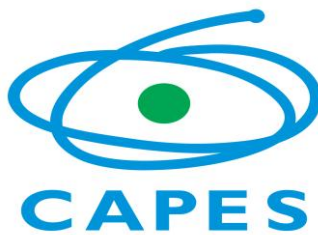
Congresso..., v. 4, 2018

IV International Congress of  
Studies of Human Aging 2018

IV CONGRESSO INTERNACIONAL DE ESTUDOS DO

# **ENVELHECIMENTO HUMANO 2018**

## **ENVELHECIMENTO, DIVERSIDADE E LONGEVIDADE**



## CONSUMO DE PROTEÍNAS E FRAGILIDADE EM IDOSOS ASSISTIDOS NA ATENÇÃO BÁSICA

Carolina Böettge Rosa<sup>1</sup>, Dinara Hansen<sup>2</sup>, Solange Billig Garces<sup>3</sup>, Ângela Vieira Brunelli<sup>4</sup>, Carla Helena Augustin Schwanke<sup>5</sup>

<sup>1</sup> Nutricionista, Doutora. Programa de Pós Graduação em Gerontologia Biomédica, Instituto de Geriatria e Gerontologia da Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul (IGG/PUCRS), <carolboettge@gmail.com>

<sup>2</sup> Fisioterapeuta. Doutora. Universidade de Cruz Alta (UNICRUZ), <dinarahansen@hotmail.com>

<sup>3</sup> Educadora Física. Doutora. Universidade de Cruz Alta (UNICRUZ), <sbgarces@hotmail.com>

<sup>4</sup> Nutricionista. Mestre. Universidade de Cruz Alta (UNICRUZ), <angelavbrunelli@gmail.com>

<sup>5</sup> Médica Geriatra. Doutora. Programa de Pós Graduação em Gerontologia Biomédica, Instituto de Geriatria e Gerontologia da Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul (IGG/PUCRS), <schwanke@puers.br>

Autor (a) relator (a)

---

**INTRODUÇÃO:** O envelhecimento promove alterações no metabolismo de proteínas, favorecendo o catabolismo proteico muscular, a diminuição da massa muscular, e o desenvolvimento da síndrome de fragilidade. Por isso, em idosos, o requerimento proteico parece ser mais elevado e tem sido associado à manutenção/recuperação da saúde e da funcionalidade. **OBJETIVOS:** Descrever a frequência de consumo de proteínas e sua associação com fragilidade em idosos assistidos na Atenção Básica. **MÉTODOS:** Trata-se de um estudo transversal, cuja amostra foi composta por idosos ( $\geq 60$  anos) atendidos em Estratégias Saúde da Família do município de Cruz Alta - RS. A frequência de consumo de proteínas foi obtida da Mini Avaliação Nutricional. E a fragilidade foi determinada através do *Tilburg Frailty Indicator*. Os dados foram analisados com o pacote estatístico *SPSS Statistics* (versão 22.0) e descritos por medidas de frequência. Para avaliar a associação das variáveis categóricas, utilizou-se o teste Qui-quadrado de Pearson com análise de resíduos ajustados, considerando nível de significância de 5%. **RESULTADOS:** Foram avaliados 376 idosos (69,9% mulheres), com média de idade de  $72,8 \pm 7,3$  anos (variando de 61 a 95 anos). Dos idosos avaliados, 43,4% foram considerados frágeis e 97,9% referiram consumir alimentos proteicos, destes, 91% afirmaram ingerir pelo menos uma porção diária de leite ou derivados, 93,6% consumiam duas ou mais porções semanais de leguminosas ou ovos e 94,9% ingeriam diariamente carne, peixe ou aves. Ao analisar a associação entre consumo de proteínas e fragilidade, observou-se a ausência de consumo diário de carne, peixe ou aves em idosos frágeis ( $P=0,006$ ). **CONCLUSÃO:** Em idosos assistidos na Atenção Básica, a ausência de consumo diário de alimentos com grande concentração de proteínas como carne, peixes ou aves mostrou-se associada à fragilidade.

**PALAVRAS-CHAVE:** Idoso; Alimentos proteicos; Fragilidade; Atenção Básica.