

## **AVALIAÇÃO DO ESTADO NUTRICIONAL E DA INGESTÃO ALIMENTAR DE IDOSOS COM HIPERTENSÃO DO CENTRO DE CONVIVÊNCIA DE PATOS DE MINAS - MG**

*OLIVEIRA, Mayra Abadia de* (maloo\_19@hotmail.com); *PAIVA, Aline Cardoso* (alinecpaiva@yahoo.com.br)

**Introdução e objetivo:** A hipertensão é de natureza multifatorial com alta prevalência na população idosa. Apresenta-se em quase 60% dos idosos, esta frequentemente associada a outras doenças. A doença atinge hoje cerca de 40 a 60% das pessoas com 65 anos ou mais e, juntamente com suas complicações e/ou eventos cardiovasculares (IAM - Infarto Agudo do Miocárdio ou AVC - Acidente Vascular Cerebral), é a causa mais freqüente de morbidade e mortalidade em todo o mundo. O objetivo foi avaliar o estado nutricional e a ingestão alimentar dos idosos com hipertensão arterial que freqüentam o Centro de Convivência de Patos de Minas - MG.

**Materiais e Métodos:** No estudo foram incluídos indivíduos acima de 60 anos portadores de hipertensão, sem limitações físicas e mentais, onde foram avaliados o estado nutricional, consumo alimentar, prática de atividade física e uso de medicamentos. Inicialmente os idosos responderam a um questionário estruturado contendo perguntas relativas a medicação, alimentação e atividade física. As medidas antropométricas foram realizadas através das medidas de peso e altura. Através da balança mecânica, marca Welmy, modelo R-110, com capacidade de 150 kg e para aferição da altura foi utilizado o estadiômetro da própria balança. O estado nutricional foi avaliado através do Índice de Massa Corporal - IMC, avaliado de acordo com o Ministério da Saúde - SISVAN, seguindo os seguintes pontos de corte: baixo peso, os valores inferiores a 22kg/m<sup>2</sup>, eutróficos quando estão entre 22 e menor 27kg/m<sup>2</sup>, e sobrepeso, maior ou igual a 27kg/m<sup>2</sup> (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2008).

**Resultados e Discussão:** Foram avaliados 33 idosos hipertensos em uso de medicamentos para o seu controle: captopril 33,3%; hidroclorotiazida e captopril 15,2%; hidroclorotiazida 6,1%; hidroclorotiazida e losartano 6,1%; losartano 6,1% e 37% outros. A idade média observada foi de 69,7 anos, sendo 63,6% do sexo feminino e 36,4% do sexo masculino. Ao relacionar o sexo e o diagnóstico do estado nutricional, foi possível perceber que o baixo peso e o sobrepeso são prevalentes em indivíduos do sexo masculino, correspondendo a 8,3% e 58,3% respectivamente, contra 4,8% e 38,1% no sexo feminino. Já em relação à eutrofia, observou-se prevalência no sexo feminino, onde 57,1% dos indivíduos são eutróficos, contra 33,3% do sexo masculino. Em relação à atividade física 84,9% dos entrevistados disseram praticar algum tipo da atividade, onde 3,6% realizam diariamente; 67,8% uma a duas vezes por semana e 28,6% de duas a três vezes por semana, e 15,15% diz não praticar nenhum tipo de atividade. Em relação ao consumo de sal nas preparações 57,6% relatam usar pouca quantidade, 3,0% diz usar muita e 39,4% quantidades razoáveis de sal. O consumo médio de calorias dos idosos foi de 1075,0 kcal e de sódio foi de 1316, 2 mg variando de 313 a 6948 mg/dia.

**Conclusão:** Sendo a hipertensão um grande problema de saúde, estudos como este devem ser incentivados para melhor verificar os cuidados destes pacientes em relação a esta patologia e possivelmente orientá-los para um melhor controle da doença. Através do presente estudo foi possível observar que estes idosos precisam ser melhor orientados para que possam ter conhecimento e aderir ao tratamento totalmente correto.

**Palavras-chave:** Idosos, avaliação nutricional, hipertensão.