

ESTUDO DAS MUDANÇAS OCORRIDAS NOS INDIVÍDUOS IDOSOS E SUA INFLUÊNCIA NO ESTADO NUTRICIONAL

GONÇALVES, Danielle Raquel (danigoncalves_123@yahoo.com.br); PAIVA, Aline Cardoso de (alinecpaiva@yahoo.com.br)

Introdução e Objetivo: O Brasil e o mundo estão vivenciando um novo perfil demográfico, onde é possível evidenciar um aumento em ritmo mais acelerado no número de indivíduos idosos do que de jovens. De acordo com a Organização Mundial de Saúde, um indivíduo para ser considerado idoso, deve ter idade mínima de 65 anos nos países desenvolvidos, e 60 anos nos países em desenvolvimento. Nesse contexto, surge a necessidade de conhecer as alterações que o organismo do idoso sofre em decorrência do envelhecimento, que influenciam no seu estado nutricional, e consequentemente na sua qualidade de vida.

Revisão Teórica: O envelhecimento é um processo natural e inevitável, que traz consigo mudanças significativas ao indivíduo que envelhece. Nesta faixa etária, o geriatra está mais susceptível ao surgimento de várias doenças crônicas não degenerativas e ao aumento do uso de medicamentos. À medida que o corpo envelhece seus órgãos e funções vitais também envelhecem. Comumente, o idoso apresenta mudanças fisiológicas, como redução da atividade gastrointestinal, da percepção sensorial, do fluxo salivar, da sensibilidade à sede e da capacidade mastigatória; mudanças estas, que também podem estar associadas ao uso de diversos medicamentos. Mudanças físicas também ocorrem, e interferem no diagnóstico nutricional do idoso. Os exames físicos, bioquímicos e antropométricos auxiliam neste diagnóstico. Um dos maiores males que atinge o idoso é a desnutrição, mas está crescente o número de casos de sobrepeso e obesidade, principalmente nas mulheres. Com o envelhecimento, ocorre uma alteração na composição corporal do idoso, onde há uma redução da massa muscular, e aumento da quantidade de tecido adiposo, principalmente na região abdominal. Um fator que também determina a rotina alimentar do idoso é a questão financeira, onde sua única fonte de renda, geralmente, é a aposentadoria, e ele precisa administrá-la entre os medicamentos, o médico e a alimentação.

Conclusão: As mudanças físicas e fisiológicas que o idoso sofre interferem diretamente no seu apetite e na escolha do alimento, o que acaba alterando seu hábito alimentar e estado nutricional. É importante, que profissionais da área de saúde conheçam estas mudanças, para que possam intervir na atual realidade em que o idoso se encontra e proporcionar-lhes melhor qualidade de vida.

Palavras-chave: idoso, estado nutricional, alterações funcionais.