

HÁBITOS ALIMENTARES E ESTADO NUTRICIONAL DE IDOSOS FREQUENTADORES DE UMA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE EM UM MUNICÍPIO DO RECÔNCAVO DA BAHIA

Laiana Ribeiro de Almeida Matos¹; Wanessa Karine da Silva Lima²

¹Graduanda no Bacharelado em Nutrição (FAMAM), matoslaiana@outlook.com; ²Mestre em Microbiologia Agrícola (UFRB), FAMAM, wanessakarinenutri@outlook.com.

O envelhecimento é um processo natural iniciado aos 60 anos de idade e afeta todos os indivíduos, alguns de forma mais rápida e outros mais lenta, causando alterações nas funções orgânicas e fisiológicas no ser humano. Com isso é relevante que esses indivíduos tenham uma alimentação mais saudável para obter maior longevidade e melhor qualidade de vida. Este estudo terá como objetivo geral avaliar os hábitos alimentares e o estado nutricional de idosos frequentadores de uma Unidade Básica de Saúde em um município do Recôncavo da Bahia, e como objetivos específicos, caracterizar os idosos; avaliar a alimentação dos idosos baseado no guia alimentar; identificar o estado nutricional por meio dos indicadores antropométricos: Índice de massa corporal (IMC) e circunferência da panturrilha (CP); e discutir a relação dos hábitos alimentares com o estado nutricional. Trata-se de um estudo transversal descritivo de abordagem quantitativa, a ser realizado em uma Unidade Básica de Saúde de um Município do Recôncavo da Bahia. Participarão da pesquisa idosos com idade igual ou superior a 60 anos, capacitados e que realizem as refeições pelas vias normais. A coleta de dados será feita por meio de questionário para caracterização dos idosos e questionário de frequência alimentar. A avaliação da alimentação será realizada a partir do Guia alimentar para a população Brasileira e para a análise de dados estatísticos será utilizada o Microsoft Excel 2016. O projeto será submetido ao Comitê de Ética em pesquisa. Espera-se com esta pesquisa contribuir para melhoria da qualidade da alimentação e do estado nutricional de idosos.

Palavras-chave: Terceira idade. Costume alimentar. Alimentação saudável.