

## **Aplicação de triagem nutricional e análise do perfil alimentar de idosos atendidos em um ambulatório de um hospital de retaguarda**

### **Application of nutritional screening and analysis of the dietary profile of elderly people treated at an outpatient clinic of a back-up hospital**

Amanda Kethleen Marques de Oliveira<sup>1\*</sup>, Ângela Hermínia Schinel<sup>2</sup>, Maria Cecília de Oliveira Moraes<sup>1</sup>, Luciane Perez da Costa<sup>1,2</sup>

---

#### **RESUMO**

O envelhecimento da população brasileira causa diversas preocupações devido às alterações causadas, assim a avaliação nutricional torna-se essencial. Desta forma o objetivo da pesquisa foi avaliar o perfil nutricional e dietético de idosos. Trata-se de uma pesquisa quantitativa, descritiva e transversal, com 88 idosos em ambiente ambulatorial. Observou-se que há um alto índice de má-nutrição entre os idosos, sendo 36,36 % com risco de desnutrição, 51,10 % com excesso de peso e 90 % das mulheres com alteração da circunferência abdominal. Quanto aos hábitos alimentares apenas 50 % realizam 3 refeições diárias e nem todos consomem diariamente todos os alimentos saudáveis e imprescindíveis para uma dieta equilibrada. Ressalta-se diante de tais dados, a necessidade de ações de orientação alimentar a este grupo populacional que se constitui atualmente numa parcela importante da população brasileira.

**Palavras-chave:** Nutricional; Envelhecimento; Idoso.

---

#### **ABSTRACT**

The aging of the Brazilian population causes several concerns due to the changes caused, so a nutritional assessment becomes essential. Thus, the objective of the research was to evaluate the nutritional and dietary profile of the elderly. This is a quantitative, descriptive and cross-sectional study with 88 elderly people in an outpatient setting. Note that there is a high rate of malnutrition among the elderly, with 36.36% at risk of malnutrition, 51.10% overweight and 90% of women with abdominal obstruction. As for eating habits, only 50% have 3 meals a day and not everyone consumes all the healthy and essential foods daily for a balanced diet. In view of such data, the need for nutritional guidance actions for this population group, which currently constitutes an important portion of the Brazilian population, is highlighted.

**Keywords:** Nutritional; Aging; Elderly.

---

<sup>1</sup> Universidade Federal de Mato Grosso do Sul

\*E-mail: amandakethleen16@gmail.com

<sup>1</sup> Hospital São Julião

## INTRODUÇÃO

O envelhecimento é um processo natural e morfológico, acompanhado de alterações fisiológicas, físicas, funcionais e psicológicas, as quais podem afetar a qualidade de vida dos indivíduos. Essa tendência mundial também é observada no Brasil, o que provoca o alargamento do topo da pirâmide etária (SCARAVONATTI et al., 2019). A Organização Mundial da Saúde (2015) apresenta também o conceito de envelhecimento saudável no qual há a manutenção da capacidade funcional e de condições que mantenham a saúde física e mental, promovendo independência e qualidade de vida.

Conforme descrito no estatuto do idoso, a pessoa idosa é aquela com idade igual ou superior a 60 anos de idade, sendo obrigação da família, sociedade e poder público a garantia da efetivação do direito à vida, à alimentação, à cidadania, à liberdade, à dignidade, entre outros (BRASIL, 2003).

De acordo com dados publicados pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística – IBGE – estimasse que a porcentagem de indivíduos com 65 anos ou mais seja de 25,49% e que a taxa de expectativa de vida do Brasil chegue a 81,04 no ano de 2060 (IBGE, 2018).

Esse envelhecimento populacional é um reflexo decorrente das melhorias nas condições de vida, como o melhor acesso aos alimentos e aos serviços de saúde, o que contribui para o aumento da expectativa de vida. Ainda, com a diminuição das taxas de fecundidade e natalidade, a população infantil também reduziu (PEREIRA, 2019).

Nesse contexto, a ciência da nutrição desempenha um importante papel nesse processo, visto que fatores como alimentação, prática de atividade física ou sedentarismo, condições psicossociais dentre outros atuam na saúde dos indivíduos, sendo determinantes no desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis (MEURER et al., 2021).

Diante do exposto, este trabalho objetivou avaliar o perfil nutricional de idosos através da coleta de dados antropométricos e da história alimentar.

## MATERIAIS E MÉTODOS

A pesquisa teve uma abordagem quantitativa, descritiva e transversal. A amostra constituiu-se por idosos acima de 60 anos de ambos os sexos atendidos no ambulatório do Projeto AMI – Avaliação Multidisciplinar de Idosos – da Unidade Ambulatorial do Hospital São Julião, localizada na cidade de Campo Grande, Mato Grosso do Sul (MS).

Os dados foram coletados no período de 01 de agosto a 15 de novembro de 2021. Na ocasião, foram diagnosticados e identificados os indivíduos que apresentavam agravos ao estado de saúde. Foram aplicados os instrumentos utilizados na Mini Avaliação Nutricional (MAN) constituídos de duas partes, a qual possibilita a classificação dos indivíduos: em nutrido, risco de desnutrição e desnutrido a partir da pontuação dada a algumas variáveis. A MAN demonstra ser capaz de prever o aumento do tempo de internação e mortalidade e avaliar o risco de desnutrição em idosos, identificando aqueles que possam se beneficiar da intervenção precoce (ACUÑA; CRUZ, 2004).

Este instrumento avalia as seguintes variáveis: antropometria (Índice de Massa Corpórea – IMC, Circunferência do Braço – CB, Circunferência da panturrilha – CP e perda de peso nos últimos meses); avaliação dietética [modo de se alimentar, quantidade de refeições, consumo alimentar (leite e derivados; legumes e ovos; carne, peixe e aves; frutas ou vegetais; ingestão líquida)]; avaliação clínica global (reside em sua residência ou hospitalizado); sinais clínicos (quantidade de medicamentos utilizados, lesões de pele ou escaras, mobilidade, presença de estresse psicológico ou doença, problemas neuropsicológicos) e autopercepção da saúde (avaliação da saúde em comparação a outros idosos) e autopercepção do estado nutricional (desnutrição; não tem problema nutricional ou não sabe) podendo ser utilizado tanto para triagem como para avaliação (VELLAS et al., 1999).

O consumo alimentar foi avaliado por meio dos principais alimentos contidos na avaliação objetiva MAN: leite e derivados; legumes e ovos; carne, peixe e aves; frutas e vegetais; ingestão líquida (água, suco, refrigerantes), especificados de acordo com o tempo de consumo, sendo estes: diário, semanal, mensal ou raramente (VELLAS et al., 1999).

Foram investigadas as dificuldades do idoso em alimentar-se sozinho e o número de refeições realizadas diariamente. Também, avaliou-se a ingestão hídrica, por

meio da quantidade de água ingerida ao dia, considerando-se o copo de 240ml como a medida padrão, convertida posteriormente em litros. Utilizou-se a recomendação de que preconiza em média uma ingestão diária de água de 1,5 a 2 litros (TEIXEIRA, 2003).

A avaliação antropométrica foi realizada a partir dos dados de idade, sexo, peso atual, altura, tendo como indicador simples de estado nutricional o IMC segundo a Organização Mundial da Saúde. Foi também avaliada a perda de peso nos últimos meses e a prática de atividade física. Além das circunferências preconizadas pela MAN, também foram coletadas as seguintes medidas antropométricas: circunferência abdominal – CA e prega cutânea tricipital – PCT (CUPPARI, 2019).

Nesse estudo, as medidas das circunferências foram feitas utilizando-se fita métrica inelástica, e adipômetro científico modelo SANNY® para as medidas das dobras cutâneas. As medidas de circunferências e dobra cutânea foram obtidas no braço não dominante. Todas as medidas foram aferidas nos pacientes deambulantes, em triplicata e a média dos valores de cada uma delas foi utilizada para as análises, segundo os valores de referência das variáveis antropométricas para mulheres e homens de CB, CMB (circunferência muscular do braço), CA e PCT e suas classificações. Em alguns idosos, determinadas medidas não foram realizadas devido às dificuldades de mensuração das mesmas.

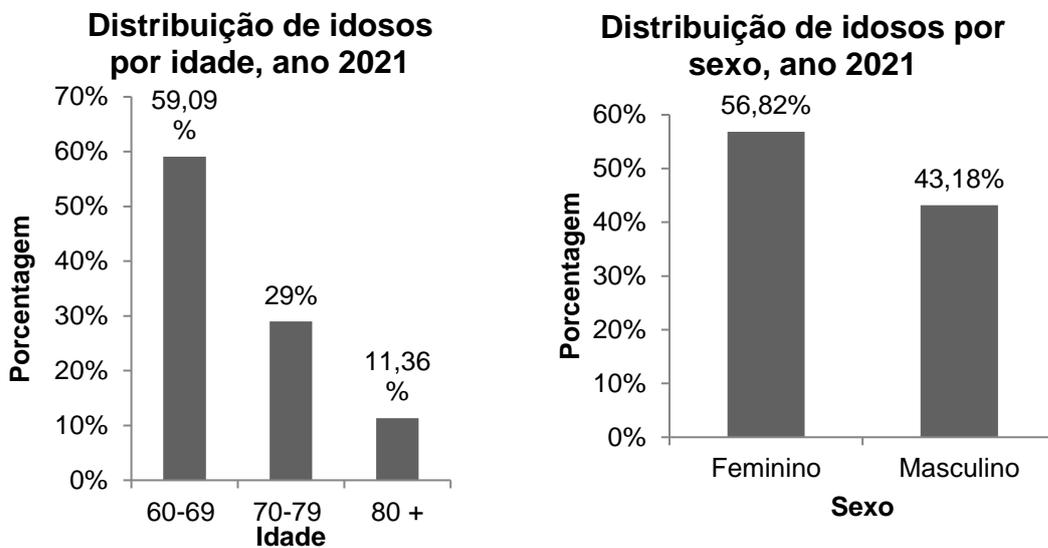
A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Federal do Mato Grosso do Sul (CEP/UFMS), parecer nº 2.407.475 (CAEE 79997017.8.0000.0021). A partir da aprovação, deu-se início à coleta de dados.

## **RESULTADOS**

Foram atendidos pelo serviço de nutrição 109 idosos de ambos os sexos, destes somente 88 (80,70%), concluíram o atendimento nutricional.

Em relação à caracterização dos idosos a distribuição de idade revelou que a maioria tinha idade entre 60 a 69 anos. No grupo avaliado, 56,82% eram do sexo feminino e 43,18% eram do sexo masculino (FIGURA 1).

**Figura 1** – Distribuição percentual segundo a idade e sexo dos idosos atendidos no ambulatório do Hospital São Julião em Campo Grande – MS, 2021.



Fonte: Elaborado pelos autores, 2021.

A classificação do estado nutricional de acordo com a MAN revelou que 61,36% eram nutridos e 36,36% possuíam risco de desnutrição. Cabe ressaltar que esta avaliação não identifica excesso de peso.

A MAN demonstrou ainda que em relação à perda de peso, 22,73% dos idosos apresentaram perda de peso de 1 a 3 kg ou mais nos últimos três meses segundo a mini avaliação (TABELA 1).

**Tabela 1** – Distribuição da amostra estudada, segundo variáveis do estado nutricional e perda de peso segundo os dados obtidos da MAN, Campo Grande, 2021.

Variáveis	n	%
<b>Estado nutricional</b>		
Desnutrição	2	2,28
Nutrido	54	61,36

Risco de desnutrição	32	36,36
<b>Perda de peso</b>		
Perda de peso mais de 3 kg	10	11,36
Não perdeu peso	52	59,09
Não soube informar	6	6,82
Perda de peso de 1 a 3 kg	20	22,73

Fonte: Elaborado pelos autores, 2021.

Segundo o indicador IMC, observou-se elevado índice de excesso de peso em 51,1% (n= 45) com prevalência maior no sexo feminino 68,9% (n= 31).

A CB é um indicador do estado nutricional que permite estimar a massa muscular. Observou-se que 15,9% (n= 14) dos idosos possuem risco nutricional e 50% (n= 44) era eutrófico.

Na avaliação da CMB, observou-se que 20,5% (n= 18) dos idosos tinham depleção muscular, com risco nutricional e desnutrição. Ainda, 45,45% (n= 40) apresentaram-se eutróficos, ou seja, dentro dos padrões de normalidade.

A PCT revelou que 22,73% (n= 20) se encontravam com risco nutricional, podendo então caracterizar depleção de tecido adiposo, contudo a maioria (57,95% n= 51) foi classificada como eutrófico.

Considerando a circunferência abdominal, 90% (n= 45) das mulheres apresentaram CA > 88 cm, indicando maior riscos para doenças cardiovasculares. No entanto, nos idosos do sexo masculino observou-se que somente 31,58% (n= 12) estavam com a CA > 102 cm.

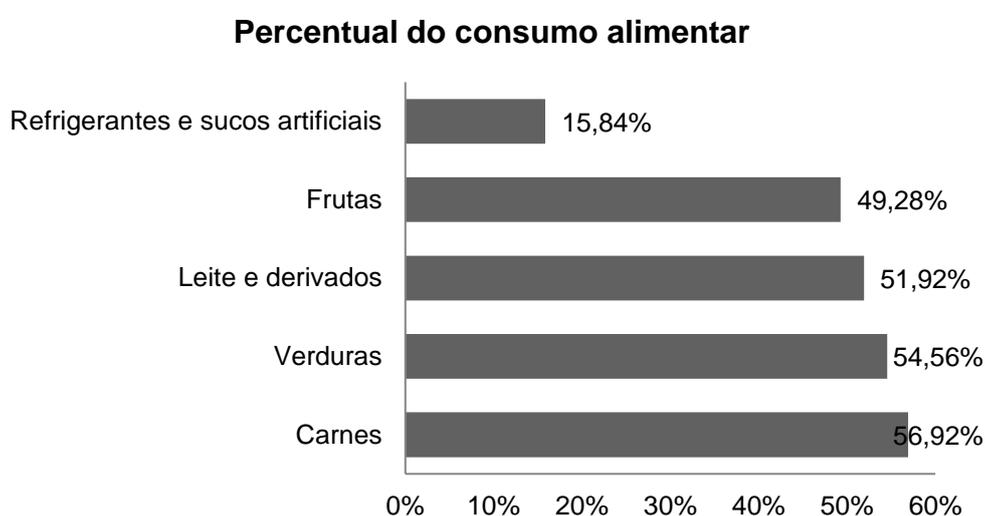
Em relação à prática de atividade física dos idosos avaliados na pesquisa, pode-se observar que a maioria (64,77% n= 57) eram praticantes de atividade física, destes a maior parte eram representados pelo sexo masculino.

Quanto ao consumo alimentar, o inquérito alimentar demonstrou que 95,45% (n= 84) alimentavam sem dificuldade. Ainda, 50% (n= 44) dos avaliados realizavam pelo menos 3 refeições ao dia. Apenas 1,14% (n= 1) realizam o fracionamento ideal de 6 refeições ao dia.

A ingestão de água representada pelo número de copos ingeridos ao dia, revelou um consumo menor de 5 copos, sendo considerado preocupante, haja vista, a importância da adequada reposição hídrica nesta fase da vida. Observou-se diferença entre os sexos: 68,15% (n= 26) dos homens consomem de 1 a 5 copos por dia, enquanto que 42% (n= 21) das mulheres consomem 6 a 10 copos por dia.

Em relação à frequência alimentar (FIGURA 2), observou-se que os idosos em sua maioria (50% n= 44) consumiam os principais grupos alimentares, além do reduzido consumo de bebidas industrializadas. No entanto observou-se que alimentos fundamentais para uma boa nutrição nesta faixa-etária, como leite, frutas e verduras, não são consumidos diariamente por todos os idosos.

**Figura 2** – Distribuição percentual do consumo alimentar segundo a frequência alimentar de idosos atendidos no ambulatório em Campo Grande – MS, 2021.



Fonte: Elaborado pelos autores, 2021.

## DISCUSSÃO

Em geral os idosos fazem parte da população vulnerável e o processo natural de envelhecimento repercute sobre as suas condições de saúde e nutrição (ALBUQUERQUE et al., 2009). Frente a esta realidade, pesquisadores estão buscando

conhecer e entender as alterações decorrentes da idade, a fim de evitar os distúrbios nutricionais (SOUZA et al., 2009).

Os idosos são ainda subdivididos de acordo com a faixa etária, sendo classificado idoso jovem aquele com idade entre 60 a 79 anos e longevos os com idade igual ou superior a 80 anos (NAVARRO et al., 2015). Observou-se no presente estudo que a maioria dos participantes eram idosos jovens e do sexo feminino, indo de encontro com os achados por Calheiros e colaboradores (2021), que ao analisar o perfil nutricional de idosos atendidos em um ambulatório de nutrição, obteve uma amostra composta predominantemente por idosos com idade entre 60 a 74 anos e mulheres.

Em estudo realizado no Centro de Convivência de Taguatinga, Brasília (DF) (OLIVEIRA; GOMES; OLIVEIRA, 2006), também houve predominância do sexo feminino em 90% da amostra. Outra importante consideração deve-se ao fato de que as mulheres procuram mais os serviços de saúde (CAVANCALTI et al., 2009).

Essa prevalência do sexo feminino pode ser justificada ainda pelo fato das mulheres serem mais ativas socialmente e participativas no processo de saúde, buscando atendimentos quando necessário. Ademais, outro aspecto importante a ser ressaltado é a diferença de expectativa de vida, na qual as mulheres vivem em média oito anos a mais que os homens, indicando um maior cuidado com a saúde (FREITAS et al., 2017).

Com relação à Mini Avaliação Nutricional (MAN), sabe-se que esta se revela um instrumento de baixo custo, de fácil e rápida aplicação, sendo eficaz no diagnóstico de desnutrição e de risco de desnutrição em indivíduos idosos. Além disso, sua utilização em diferentes cenários indica que as condições do meio em que esse grupo está inserido refletem no estado nutricional (PEREIRA et al., 2017).

Um estudo realizado em Unidades Básicas de Saúde, em Maringá – PR, objetivando comparar a composição corporal e o estado nutricional de idosos ativos e sedentários, além de dados antropométricos, utilizou a MAN como método de análise. Os autores constataram que de modo geral, os idosos apresentaram, um estado nutricional normal (OLIVEIRA et al., 2020), assim como no presente trabalho.

Quanto aos valores de IMC, um pouco mais da metade da amostra foi classificada com excesso de peso, sendo o maior índice no sexo feminino. Resultados semelhantes foram relatados em uma pesquisa na qual analisou 1096 prontuários de

idosos não institucionalizados atendidos em um serviço de nutrição de um Centro de Referência e Assistência à Saúde do Idoso em Montes Claros – MG, em que 74,5% eram mulheres e destas, 41,6% apresentaram excesso de peso (BARROS et al., 2018).

Em outra pesquisa, a população estudada demonstrou sobrepeso e obesidade, que se constitui um fator de risco para a saúde dos idosos, uma vez que valores elevados de IMC podem estar correlacionados com altas taxas de morbidade e mortalidade e uma pior qualidade de vida, estando então em concordância com os achados prévios (CAVALCANTI et al., 2009).

Contrariamente ao exposto, Weiss e colaboradores (2008) ao estudar o efeito em longo prazo do excesso de peso na mortalidade de idosos longevos, sugerem que indivíduos muito idosos podem se beneficiar com o IMC de leve sobrepeso, tendo em vista que a pouca quantidade de gordura auxilia na proteção de possíveis efeitos catabólicos.

Todavia, é necessário destacar que o IMC possui limitações quanto à análise da composição corporal, uma vez que o índice não é capaz de avaliar o percentual de gordura corporal e massa muscular que os indivíduos apresentam (DOORDUIJN et al., 2019).

Em relação à CB, PCT e CMB os valores encontrados classificaram os idosos, em sua maioria, como eutrófico. Dados similares são descritos por Oliveira et al. (2019) cujo objetivo foi associar o risco cardiovascular com indicadores antropométricos e a MAN. Com relação aos níveis de massa muscular e o estado nutricional classificado segundo o percentual de adequação de CB e CMB, a maior parte dos idosos participantes estavam eutrófico.

Durante o envelhecimento, é natural e esperada a ocorrência de alterações fisiológicas decorrentes desse processo. Assim, dentre as principais mudanças pode-se citar a redistribuição da composição corporal, tendo uma perda progressiva da massa muscular, aumento da adiposidade e seu acúmulo na região abdominal e somado a isso, há a redução da percepção sensorial e sensação à sede, contribuintes para essas mudanças (PIMENTEL; SILVA; ARAUJO, 2019).

A respeito da circunferência abdominal, notou-se que 90% das mulheres participantes apresentou a medida acima do valor de referência ideal. Segundo

Carvalho, Dutra e Araújo (2019) “há evidências de que a determinação da circunferência da cintura ou abdominal pode promover, de forma prática e sensível a correlação entre localização anatômica da gordura e riscos à saúde [...]”.

Nas mulheres, o aumento de adiposidade pode ser inversamente proporcional à idade. Quanto ao maior acúmulo de gordura abdominal, esse está associado à deficiência de estrogênio decorrente da menopausa e início de um novo padrão de distribuição da gordura corporal, deixando de ser na região gluteofemoral e passando para a área abdominal. Ainda, outras alterações comuns associadas são o aumento da glicemia e pressão arterial, conseqüentemente um maior risco cardiovascular (VIEIRA et al., 2018).

Considerando o aspecto atividade física, a maioria dos idosos da pesquisa é ativa, afirmando realizar alguma modalidade. A prática regular de atividade física é um fator comportamental essencial na proteção contra doenças crônicas não transmissíveis, e ainda os idosos se beneficiam com o bem-estar físico e psicológico gerados pela manutenção de um estilo de vida fisicamente ativo, proporcionando uma melhor saúde na velhice e longevidade (FAUSTINO; NEVES, 2022).

Analisando o consumo alimentar dos idosos do presente estudo, observa-se que o consumo diário de verduras e frutas não é feita por todos os participantes, diferente do encontrado por Moreira et al. (2018) em que ao identificar a qualidade alimentar de 244 idosos atendidos pela Estratégia Saúde da Família de um município de Minas Gerais, notou que 85% da amostra tinha o hábito de ingerir esses alimentos reguladores.

Positivamente, um dos resultados encontrados no estudo em questão foi que apenas 15,84% dos idosos consumiam refrigerantes e sucos artificiais. Esses produtos são classificados como alimentos ultraprocessados e devido aos seus ingredientes e sua composição nutricional desbalanceada, o consumo excessivo contribui no surgimento de doenças cardiovasculares, diabetes e câncer (BRASIL, 2014).

Outro ponto que deve ser salientado é que 50% dos avaliados realizavam ao menos 3 refeições ao dia. Diante do exposto, muitos são os fatores que interferem no consumo alimentar da população idosa, sendo eles fisiológicos, sociais, culturais, econômicos e condição de saúde. Ademais, a escassez financeira de grande parte desse grupo, cuja renda é proveniente de aposentadorias e/ou pensões, ocasionalmente

destinada à compra de medicações, colabora na monotonia alimentar e busca de alimentos de menor custo, independente do valor nutricional (MARQUES et al. 2007).

Por fim, quanto à ingestão hídrica, encontrou-se um consumo preocupante menor que 5 copos de água ao dia, sendo esse comportamento mais prevalente entre os homens, corroborando com os achados de Gomes (2017) em que ao avaliar o consumo de água em idosos institucionalizados, observou um consumo médio de água de 3 a 5 copos, sendo as mulheres quem faz a maior ingestão.

A manutenção da hidratação em níveis adequados é essencial em todos os estágios da vida, principalmente quando idosos, haja vista que com as mudanças decorrentes do processo de envelhecimento tornam esse grupo populacional mais predisposto à desidratação, sendo essa uma causa frequente de hospitalização e morbimortalidade nessa idade (GUIMARÃES et al., 2021).

## CONCLUSÃO

Conclui-se que é alto o índice de má-nutrição entre os idosos, considerando o risco de desnutrição e excesso de peso especialmente entre as mulheres, que apresentam um evidente risco para o desenvolvimento de doenças cardíacas. A perda de peso também é comum entre os idosos, apesar de poucos apresentarem dificuldades para se alimentar.

Quanto aos hábitos alimentares, os participantes apresentam um fracionamento inadequado das refeições e nem todos consomem diariamente todos os alimentos ideais e imprescindíveis para uma dieta equilibrada. O consumo de água também é insuficiente para a maioria dos idosos avaliados.

Ressalta-se diante de tais dados, que após avaliar o perfil nutricional dos idosos há a necessidade de ações de orientação alimentar a este grupo populacional. Mais estudos comparativos devem ser realizados com o objetivo de estabelecer métodos e pontos de cortes de classificação do estado nutricional que possibilitem a formulação de referenciais específicos para idosos institucionalizados e não institucionalizados.

## REFERÊNCIAS

ACUÑA, K.; CRUZ, T. Avaliação do estado Nutricional de Adultos e Idosos e situação nutricional da população brasileira. **Arquivos Brasileiros de Endocrinologia e Metabologia**, v. 48, n. 03, p. 345-361, 2004.

ALBUQUERQUE, M.F.B. et al. Estado nutricional de idoso hospitalizados por meio da Mini Avaliação Nutricional. **Revista brasileira de nutrição clínica**, v. 24, n. 03, p. 184-188, 2009.

BARROS, M. C. et al. Avaliação nutricional em idosos institucionalizados e não institucionalizados em Montes Claros / MG. **Temas em Saúde**, v. 18, n. 3, p. 445-461, 2018.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira** – 2. ed. – Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

BRASIL. Ministério ... Lei Federal nº 10.741, 01 de outubro de 2003. Brasília, DF: Secretaria Especial dos Direitos Humanos, 2003. Disponível em: <[https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/2003/110.741.htm](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/110.741.htm) >. Acesso em: 28 de novembro de 2022.

CALHEIROS, C. G. et al. Impacto do atendimento nutricional em parâmetros antropométricos, metabólicos e dietéticos: um estudo de coorte em diabéticos. **Brazilian Journal of Development**, v. 7, n. 1, p. 3704-3715, 2021.

CARVALHO, K. M. B.; DUTRA, E. S.; ARAÚJO, M. M. Obesidade. In: CUPPARI, L. (Coordenadora). **Nutrição clínica no adulto**. 4. ed. Barueri [SP]: Manole, 2019. p. 169-204.

CAVALCANTI, C.L. et al. Prevalência de doenças crônica e estado nutricional em um grupo de idoso brasileiros. **Revista de Salud Pública**, v. 11, n. 06, p. 865 -877, 2009.

CUPPARI, L. (Coordenadora). **Nutrição clínica no adulto**. 4. ed. Barueri [SP]: Manole, 2019. p. 169-204.

DOORDUIJN, A. S. et al. Energy and Protein Intake of Alzheimer's Disease Patients Compared to Cognitively Normal Controls: Systematic Review. **Journal of the American Medical Directors Association**, v. 20, n. 1, p. 14-21, 2019.

FAUSTINO, A. M.; NEVES, R. Atividade física e envelhecimento ativo: diálogos Brasil – Portugal. **Revista Contexto e Saúde**, v. 22, n. 46, p. 1-10, 2022.

FREITAS, A. P. et al. Relação da qualidade de vida com o estado nutricional de idosos. **Revista Brasileira de Qualidade de Vida**, v. 9, n. 1, p. 30-44, 2017.

GOMES, T. O. **Influência do consumo da água e outros líquidos na saúde dos idosos residentes no Vila Vicentina – João Pessoa – PB** [trabalho de conclusão de curso]. João Pessoa (PB): Universidade Federal da Paraíba; 2017. Disponível em: <<https://repositorio.ufpb.br/jspui/bitstream/123456789/3567/1/TOG29072017.pdf>>. Acesso em: 28 de novembro de 2022.

GUIMARÃES, B. P. et al. Consumo de água em idosos: uma revisão. **Vita et Sanitas**, v. 5, n. 2, p. 53-69, 2021.

- IBGE. Projeções da população: Brasil e unidades da federação: revisão 2018/IBGE, Coordenação de População e Indicadores Sociais. 2 ed., v. 40, Rio de Janeiro: IBGE, 2018.
- MARQUES, A. P. O. et al. Envelhecimento, obesidade e consumo alimentar em idosos. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 10, n. 2, p. 231-242, 2007.
- MEURER, M. C. et al. Caracterização dos idosos atendidos em um clínica geriátrica de Cascavél – Paraná e os benefícios da intervenção nutricional individualizada. **Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, v. 15, n. 97, p. 1026-1035, 2021.
- MOREIRA, M. M. et al. Hábitos alimentares de idosos em um município do interior mineiro, Brasil. **Revista família, ciclos de vida e saúde no contexto social**, v. 6, n. 3, p. 439-445, 2018.
- NAVARRO, J. H. N. et al. Percepção dos idosos jovens e longevos gaúchos quanto aos espaços públicos em que vivem. **Ciências e Saúde Coletiva**, n. 20, v. 2, p. 461-470, 2015.
- OLIVEIRA, D. A. A. P.; GOMES, L.; OLIVEIRA, R. Prevalência de depressão em idosos que frequentam centros de convivência. **Revista de Saúde Pública**, v. 40, n. 04, p. 734-736, 2006.
- OLIVEIRA, D. V. de. et al. Composição corporal e estado nutricional de idosos ativos e sedentários: sexo e idade são fatores intervenientes? **Revista O Mundo da Saúde**, v. 44, p. 58-67, 2020.
- OLIVEIRA, V. B. et al. Risco cardiovascular, indicadores antropométricos e mini avaliação nutricional reduzida: associação com índice de massa corporal na avaliação nutricional de idosos. **Nutrición clínica y dietética hospitalaria**, v. 39, n. 1, p. 69-75, 2019.
- PEREIRA, D. S. et al. Mini Avaliação Nutricional: utilização e panorama nos diferentes cenários de atenção ao idoso. **Revista Saúde.com**, v. 13, n. 1, p. 824-832, 2017.
- PEREIRA, R. J. Nutrição e envelhecimento populacional: desafios e perspectivas. **Journal Health NPEPS**, v. 4, n. 1, p. 1-5, 2019.
- PIMENTEL, G. M. C.; SILVA, S. C. da; ARAUJO, I. L. S. B. de. Avaliação do consumo alimentar e composição corporal entre idosos praticantes e não praticantes de exercício físico. **Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, v. 13, n. 80, p. 505-512, ago. 2019.
- SCARAVONATTI, G. et al. Avaliação geriátrica ampla de idosos de uma universidade pública da maturidade: vivências de acadêmicas de nutrição. **Revista Humanidades e Inovação**, v. 6, n. 11, p. 60-68, 2019.
- SOUZA, E.C. et al. Índice de massa corporal de idosos residentes em instituições de longa permanência no município de Teresina – PI. **Revista brasileira de nutrição clínica**, v. 24, n. 04, p. 224-229, 2009.
- TEIXEIRA, F. N. **Nutrição Clínica**, Rio de Janeiro: Editora Guanabara Koogan, 2003.

VELLAS, B. et al. The mini nutritional assessment (MAN) and it's use in grading the nutritional state of elderly patients. **Nutrition**, v. 15, n. 2, p. 116-222, 1999.

VIEIRA, D. B. et al. Fatores associados à circunferência abdominal em idosos participantes de grupos de convivência. **Saúde (Santa Maria)**, v. 44, n. 2, p. 1-8, 2018.

WEISS, A. et al. Body mass index is inversely related to mortality in elderly subjects. **Journal of General Internal Medicine**, v. 23, n. 1, p. 19-24, 2008.

OMS. Organização Mundial da Saúde. Relatório Mundial sobre envelhecimento e saúde. 2015. Disponível em: <<https://apps.who.int/iris/handle/10665/186463>>. Acesso em: 25 de novembro de 2022.

*Recebido em: 10/11/2022*

*Aprovado em: 15/12/2022*

*Publicado em: 29/12/2022*