

RESUMO - PÔSTER - NUTRIÇÃO CLÍNICA

AVALIAÇÃO DO ESTADO NUTRICIONAL, CONSUMO DE CÁLCIO E VITAMINA D EM PACIENTES IDOSOS COM OSTEOPOROSE E OSTEOPENIA DE UMA CLÍNICA CARDIOLÓGICA E GERIÁTRICA DO DISTRITO FEDERAL

Maria Alzirene Rodrigues Monteiro (alzirenemonteiorodrigues@gmail.com)

Alúisia Rosa Santana (isanutricao02@gmail.com)

Rafaella Lemos Alves (rafaella.alves@ls.edu.br)

Leanny Keyla Lustosa De Almeida (almeidalkl@gmail.com)

Introdução: A nutrição adequada e saudável é de extrema importância, para prevenção de patologias em todas as fases da vida, com o idoso não é diferente, a alimentação com todos os nutrientes necessários para suprir as necessidades diárias além de nutrir, também trata determinadas doenças e protege o organismo dos mesmos. Um plano alimentar com as quantidades recomendadas de Cálcio e Vitamina D é o melhor meio para prevenção da osteoporose, uma doença caracterizada pela perda da massa óssea, responsável por ocasionar um alto risco de quedas, aumentando o risco de fraturas. **Objetivo:** Avaliar o estado nutricional e o consumo alimentar de Cálcio e Vitamina D de idosos com osteoporose e osteopenia de uma clínica cardiológica e geriátrica do Distrito Federal. **Metodologia:** Estudo transversal, realizado com 50 idosos, com idade igual ou superior a 60 anos, de ambos os sexos, selecionados por conveniência, em uma clínica cardiológica e geriátrica do Distrito Federal. O período da coleta de dados ocorreu entre abril a

setembro de 2020. O diagnóstico de osteopenia e osteoporose foram baseados nos critérios estabelecidos pela Organização Mundial da Saúde e feito pelo médico da clínica. Analisaram-se os níveis séricos de Cálcio e Vitamina D por meio de exames laboratoriais. O consumo alimentar foi avaliado por meio do Recordatório de 24 horas, utilizou-se o software Webdiet para análise dos micronutrientes. Os dados descritivos foram analisados no programa PASW 20.0. Resultados: A média de idade foi de 74,8 anos ($Dp \pm 8,62$), 62,0% ($n=31$) dos participantes eram do sexo feminino. O IMC médio foi de $26,38 \text{ kg/m}^2$ ($Dp \pm 4,748$), destaca-se que 20,0% ($n=10$) foram classificados com desnutrição ou magreza, 32,0% ($n=16$) eutróficos, 48,0% ($n=24$) obesidade. A osteopenia da coluna lombar foi diagnosticada em 34,0% ($n=17$) dos participantes, 16,0% ($n=8$) apresentaram osteoporose da coluna lombar, 62,0% ($n=31$) osteopenia do fêmure 10,0% ($n=5$) osteoporose do fêmur. A média de Vitamina D sérica, foi de $23,95 \text{ ng/mL}$ ($Dp \pm 8,82$) ($n=46$) e Cálcio sérico de, $8,8090 \text{ mg/dL}$ ($Dp \pm 7954$) ($n=23$). A média do consumo de Cálcio foi de $432,16 \text{ mg/d}$ e a ingestão de Vitamina D foi de $1,408 \text{ mcg/d}$. Conclusão: Segundo as DRI's as recomendações de ingestão de Cálcio e Vitamina D para homens e mulheres são de 1200 mg/d para >59 anos, $10 \mu\text{g/d}$ para idosos de 59-70 anos e $15 \mu\text{g/d}$ para >70 anos, respectivamente. Portanto, foi possível observar que o consumo alimentar desses dois minerais encontra-se abaixo das recomendações diárias. Ressalta-se ainda que esses exercem um importante papel sobre a saúde óssea, bem como a sua relação na prevenção e tratamento de osteoporose, sendo necessário um cuidado especial para atingir as recomendações da ingestão diária dos mesmos. Sobre o estado nutricional dos idosos, foi possível observar que 48,0% deles encontram-se na classificação de obesidade, condição nutricional que apresenta forte relação com morbidades e outros desfechos negativos para a saúde, podendo afetar diretamente a qualidade de vida dos indivíduos. Em vista disso, é importante que haja um trabalho da equipe multiprofissional de saúde, direcionados à população idosa com os objetivos de levar a melhor qualidade de vida e fornecer os cuidados frente a algumas limitações próprias do envelhecimento.