XXV Congresso de Iniciação Científica da Unicamp

18 a 20 Outubro Campinas | Brasil

AVALIAÇÃO DO CONSUMO ALIMENTAR DE FIBRAS EM IDOSOS SEGUNDO CONDIÇÕES SOCIOECONÔMICAS: INQUÉRITO DE SAÚDE DO MUNICÍPIO DE CAMPINAS (ISACAMP, 2014) SÃO PAULO, BRASIL.

Graziele M. Silva*; Daniela de Assumpção; Marilisa B. A. Barros; Ligiana P. Corona

Resumo

Atualmente tem sido evidenciado um envelhecimento mundial das populações. No idoso diversos fatores podem levar o idoso a não conseguir atingir as recomendações nutricionais adequadas, entre elas o consumo ideal de fibras. O objetivo do presente estudo foi avaliar o consumo alimentar dos idosos e possíveis fatores associados às variáveis socioeconômicas. Este estudo utilizou a base de dados do Inquérito de Saúde realizado no Município de Campinas-ISACAMP no ano de 2014, no qual foram analisados 1.218 indivíduos ≥ 60 anos e foi calculada as médias do consumo de fibras alimentares em relação às recomendações propostas pelo Institute of Medicine (homens ≥ 30 g/dia e mulheres ≥ 21 g/dia), segundo fatores associados as variáveis socioeconômicas. As análises estatísticas foram realizadas levando-se em consideração os pesos amostrais para estimativas com ponderações populacionais. Os resultados mostram que o consumo médio da população foi de 14,53g, sendo maior nos homens, naqueles acima de 75 anos, casados ou que possuem união estável, que tiveram maior escolaridade (9 anos ou mais) e de maior renda (> 2 salários mínimos). O consumo de fibras alimentares em idosos se mostra inferior as recomendações o que indica que esta população deve ser alvo de intervenção nutricional para garantir o aporte adequado deste nutriente.

Palavras-chave:

idoso; consumo alimentar; fibras alimentares

Introdução

Atualmente tem sido evidenciado um envelhecimento mundial das populações. No idoso, essas mudanças se aplicam diretamente na ordem biológica, social ou psicológica, todos esses fatores podem levar o idoso a não conseguir atingir as recomendações nutricionais adequadas¹, entre elas o consumo ideal de fibras. As fibras são particularmente importantes para os indivíduos idosos, pois é nessa população que se encontram as maiores prevalências de doenças crônicas não transmissíveis, e o consumo adequado de fibras tem um papel fundamental na prevenção e controle dessas doenças. O objetivo do presente estudo foi avaliar o consumo alimentar dos idosos e possíveis fatores associados às variáveis socioeconômicas.

Resultados e Discussão

Este estudo utilizou a base de dados do Inquérito de Saúde realizado no Município de Campinas-ISACAMP no ano de 2014, no qual foram analisados 1.218 indivíduos ≥ 60 anos e foi calculada as médias do consumo de fibras totais em relação às recomendações propostas pelo *Institute of Medicine* (homens ≥ 30 g/dia e mulheres ≥ 21 g/dia)² segundo as variáveis socioeconômicas. As análises estatísticas foram realizadas levando-se em consideração os pesos amostrais para estimativas com ponderações populacionais.

Os resultados mostram que o consumo médio da população foi de 14,53g, sendo maior nos homens, naqueles acima de 75 anos, casados ou que possuem união estável, que tiveram maior escolaridade (9 anos ou mais) e de maior renda (> 2 salários mínimos).

Tabela 1. Médias e intervalo de confiança (IC95%) do consumo de fibras alimentares (FA) em idosos segundo características socioeconômicas (n=1218), ISACAMP 2014.

	Fibras totais	Valor p
Sexo		
Feminino	13,94 (13,28; 14,60)	
Masculino	15,44 (14,59; 16,28)	0,060
Faixa etária		
60-74 anos	14,50 (13,90; 15,10)	
75 anos e mais	14,61 (13,59; 15,63)	<0,001
Estado conjugal		
Casados/união estável	14,97 (14,22; 15,73)	
Viúvos/solteiros	14,03 (13,32; 14,74)	0,074
Escolaridade		
Nenhum	12,23 (10,99; 13,48)	
1 a 8 anos	14,73 (14,05; 15,42)	0,006
9 anos ou mais	15,30 (14,32; 16,29)	0,002
Renda (salários mínimos)		
< 1 salário	13,42 (12,45; 14,38)	
1 a 2 salários	13,75 (12,94; 14,55)	0,604
> 2 salários	16,24 (15,32; 17,16)	<0,001

Conclusões

O consumo de fibras alimentares em idosos se mostra bem inferior as recomendações o que indica que esta população deve ser alvo de intervenção nutricional para garantir o aporte adequado deste nutriente.

Agradecimentos

Agradeço ao Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Científica e Tecnológica da UNICAMP (PIBIC), financiado pelo CNPq, e a toda equipe do ISACAMP por permitirem o acesso aos dados.

¹HAGEMeyer, V.; REZENDE, C. H. A. **Nutrição e Envelhecimento. Tratado de geriatria e gerontologia.** FREITAS, E. V. e PY, L.: 1031-1045 p. 2011.

²Institute of Medicine. **Dietary Reference Intakes.** Washington, DC: The National Academies Press, 2006.