

AValiação Nutricional de Idosos

Autora: Profa. Dra. Renata Costa Fortes

O envelhecimento é um processo fisiológico no qual o organismo se depara com diversas alterações que podem afetar a autonomia e o estado nutricional dos indivíduos. Observa-se no idoso uma prevalência elevada de doenças crônicas não transmissíveis como diabetes, hipertensão, dislipidemia, câncer dentre outras, com repercussões significativas sobre o estado nutricional dos mesmos. A desnutrição, a sarcopenia e a síndrome da fragilidade são comuns em idosos. Logo, avaliar o comportamento alimentar, o estado nutricional e a capacidade funcional de idosos torna-se fundamental. Nesse sentido, é necessária a realização de uma triagem nutricional para identificar idosos em risco de desnutrição ou desnutridos propriamente ditos, bem como avaliar a presença de sarcopenia e/ou da síndrome da fragilidade. Entre os instrumentos utilizados para a avaliação do estado nutricional de idosos, destaca-se a Mini Avaliação Nutricional (MAN) que surgiu como um complemento à avaliação global do idoso, de forma a identificar a desnutrição e, conseqüentemente, auxiliar a melhor e mais precoce intervenção nutricional.