

CONSUMO DE ALIMENTOS UTRAPROCESSADOS POR IDOSOS QUE FREQUENTAM CENTRO DE CONVIVÊNCIA PARA TERCEIRA IDADE

Autores: Profa. Fernanda Cristina de Jesus Colares Bento e Dayane Alves

A palestra objetiva apresentar os resultados de pesquisa que tencionou avaliar o consumo de alimentos ultraprocessados por idosos que frequentam centros de convivência para terceira idade, verificar a prevalência do consumo destes segundo o gênero, investigar quais são os mais consumidos, definir a frequência com que esses alimentos são consumidos e associar o consumo destes ao estado civil.

Trata-se de um estudo descritivo que foi realizado na Associação de Idosos de Taguatinga, em Brasília-DF. A amostra foi composta por 50 idosos, destes 88% (n=44) do sexo feminino e 12% do sexo masculino (n=06), com média de idade para as mulheres de 68,5 anos (60–80 anos), e para os homens de 71,5 anos (60-80 anos). Aplicou-se um questionário de frequência alimentar – QFA. A análise dos dados foi realizada pelo programa Microsoft® Excel 2010, e apresentados por meio de estatística descritiva simples. Este estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos da Universidade Paulista.

Observou-se, neste estudo, que os alimentos ultraprocessados mais consumidos pelos idosos foram: a bolacha salgada 84% (n=42), pães integrais 68% (n=34) e bolos 62% (n=31), o iogurte 66% (n=33), molho de extrato de tomate 68% (n=34), linguiça 58% (n=29), chocolate 58% (n=29), sorvete 64% (n=32), das bebidas e preparações nenhum alimento obteve consumo de 50% ou mais. O consumo segundo o gênero foi maior pelas mulheres por serem a maior parte da amostra total. De acordo com o estado civil, os viúvos foram quem consomem mais alimentos ultraprocessados, talvez por representarem neste estudo maior porcentagem.

Concluiu-se que os idosos que optam por participar de grupos como centros de convivência para terceira idade são aqueles que procuram de

alguma forma obter mais qualidade de vida, talvez por isso os resultados obtidos neste estudo não tenham sido muito alarmantes no que se refere ao consumo de ultraprocessados, porém mais estudos que envolvam esta dinâmica devem ser feitos para se obter resultados mais plausíveis.