

FATORES DE RISCO DE DESNUTRIÇÃO NA PESSOA IDOSA RESIDENTE NA COMUNIDADE NA POPULAÇÃO PORTUGUESA: UMA SCOPING REVIEW

Data de submissão: 27/11/2024

Data de aceite: 02/12/2024

Adriana Madeira

Estudante de Mestrado em Enfermagem com Especialização em Enfermagem Comunitária na Área de Enfermagem de Saúde Familiar

Ana Canhestro

Professora Adjunta do Departamento de Enfermagem da Escola Superior de Saúde do Instituto Politécnico de Beja

RESUMO: Objetivo: Mapear os principais fatores de risco de desnutrição na pessoa idosa residente na comunidade na população portuguesa. **Introdução:** A desnutrição é uma forma de malnutrição que exerce impacto negativo sobre a saúde, bem-estar, qualidade de vida e autonomia das pessoas idosas, associada também ao aumento da mortalidade. Estudos recentes indicam que a população idosa poderá atingir níveis significativos de desnutrição e risco de desnutrição. **Critérios de Inclusão:** Estudos quantitativos e qualitativos; analisados pelos pares; texto integral disponível; publicação nos últimos 5 anos; estudos em português e inglês; geografia: Portugal; participantes idosos; contexto: comunidade, serviços de apoio domiciliário,

centros de dia. **Metodologia:** Realização de *Scoping Review* através do motor de busca ESBCO (fornecedores de conteúdos CINAHL Ultimate e MEDLINE Ultimate) e da base de dados PubMed. Foi utilizada a seguinte equação de pesquisa: “malnutrition AND aged AND community AND Portugal”.

Resultados: Seleccionados 5 artigos para análise crítica, identificando-se os seguintes fatores de risco de desnutrição na pessoa idosa residente na comunidade na população portuguesa: ser mulher, idade mais avançada, perda dentária, HTA, anemia, doenças cardiovasculares, doenças oncológicas, IMC mais baixo, circunferência dos gêmeos mais baixa, má perceção do estado de saúde, baixo nível de atividade física, sarcopenia e depressão. **Conclusão:** Muitos dos fatores de risco identificados estão relacionados ou são consequentes à adoção de estilos de vida pouco saudáveis, sendo passíveis de modificar. Sugere-se a realização de estudos complementares que descrevam de modo mais aprofundado os diversos fatores de risco e determinantes do estado nutricional dos idosos em Portugal.

PALAVRAS-CHAVE: Idoso, comunidade, desnutrição, Portugal

ABSTRACT: Objective: Map the main risk

factors for malnutrition in elderly people living in the community in the Portuguese population. **Introduction:** Malnutrition is a form of undernutrition that has a negative impact on the health, well-being, quality of life and autonomy of older people, and is also associated with increased mortality. Recent studies indicate that the elderly population may reach significant levels of malnutrition and risk of malnutrition. **Inclusion Criteria:** Quantitative and qualitative studies; peer-reviewed; full text available; published in the last 5 years; studies in Portuguese and English; geography: Portugal; elderly participants; context: community, home support services, day care centers. **Methods:** Scoping Review was performed using the ESBCO search engine (CINAHL Ultimate and MEDLINE Ultimate content providers) and the PubMed database. The following search equation was used: “malnutrition AND aged AND community AND Portugal”. **Results:** Five articles were selected for critical analysis, identifying the following risk factors for malnutrition in elderly people living in the community in the Portuguese population: being a woman, older age, tooth loss, hypertension, anemia, cardiovascular diseases, oncological diseases, lower BMI, lower calf circumference, poor perception of health status, low level of physical activity, sarcopenia and depression. **Conclusion:** Many of the risk factors identified are related to or are a consequence of the adoption of unhealthy lifestyles and are therefore modifiable. It is suggested that further studies be carried out to describe in greater depth the various risk factors and determinants of the nutritional status of the elderly in Portugal. **KEYWORDS:** Aged, community, malnutrition, Portugal

INTRODUÇÃO

A desnutrição é uma forma de malnutrição que exerce impacto negativo sobre a saúde, bem-estar, qualidade de vida e autonomia das pessoas idosas, associada também ao aumento da mortalidade e da necessidade de tratamentos e internamentos hospitalares (Albuquerque et al., 2021; Despacho n.º 9984/2023; Lage et al., 2018). De acordo com Hammouh et al. (2023), desnutrição pode indicar: subnutrição, que se correlaciona com deficiências nutricionais; ou sobrenutrição, resultante do consumo energético acima do recomendado, podendo levar à obesidade.

O combate à desnutrição encontra-se integrado nos Objetivos do Desenvolvimento Sustentável, onde se pretende, até 2030, acabar com todas as formas de desnutrição e atender às necessidades nutricionais das pessoas idosas (United Nations, 2015). A promoção da alimentação saudável e a prevenção de todas as formas de malnutrição representa uma prioridade estratégica estabelecida pelo Programa Nacional para a Promoção da Alimentação Saudável, onde se reconhece a importância não só da capacitação dos cidadãos para fazerem escolhas alimentares saudáveis, mas também de reforçar a ação a nível do sistema de saúde (Direção-Geral da Saúde, 2022).

Considerando a tendência de envelhecimento demográfico na população portuguesa, estudos recentes indicam que a população idosa poderá atingir níveis significativos de desnutrição e risco de desnutrição (Albuquerque et al., 2021). A imperatividade de desenvolver políticas transversais e estratégias de atuação multidisciplinares e de proximidade junto das pessoas idosas, no sentido de promover uma vida ativa e saudável,

encontra-se prevista na Estratégia Nacional para o Envelhecimento Ativo e Saudável 2017-2025 (Costa et al., 2017). Em Portugal, pessoa idosa é aquela que tem 65 ou mais anos de idade (Costa et al., 2017; PORDATA, 2020).

Segundo a Direção-Geral da Saúde (2022), a melhoria do estado nutricional dos cidadãos, através da adequação dos hábitos alimentares, contribui positivamente para a prevenção e controlo das doenças mais prevalentes a nível nacional. Pelo exposto, torna-se fundamental a intervenção personalizada nos Cuidados de Saúde Primários, assente na colaboração entre as equipas multidisciplinares (Lage et al., 2018; Parente, Pereira & Mata, 2018). O Enfermeiro, pela sua proximidade e vínculo estabelecido, encontra-se numa posição privilegiada para identificar precocemente a existência de um estado nutricional debilitado e atuar ao nível da prevenção e promoção da saúde (Araujo et al., 2020). Adicionalmente, o Enfermeiro de Família possui competências acrescidas que lhe permitem analisar a realidade de cada família, focando as respetivas respostas a problemas de saúde reais e potenciais (Regulamento n.º 428/2018), o que se revela determinante dada a importância do sistema familiar como parceiro dos cuidados de enfermagem e promotor da saúde dos seus subsistemas (Frade, Henriques & Frade, 2021).

Uma intervenção eficaz pressupõe a abordagem dos fatores de risco modificáveis, atendendo às necessidades específicas da população alvo. De acordo com Öztürk et al., (2023) as características da população idosa diferem em função das características socioeconómicas e culturais do país, podendo motivar diferentes determinantes do estado nutricional e, conseqüentemente, requerer a respetiva adequação das intervenções dos profissionais de saúde. Após a realização de uma pesquisa inicial em várias bases de dados sobre os fatores de risco de desnutrição na pessoa idosa na população portuguesa, foi identificado o projeto *Nutricion UP 65*, um estudo realizado em Portugal que teve como objetivo melhorar o conhecimento dos profissionais de saúde sobre o estado nutricional na população idosa portuguesa considerando fatores de natureza socioeconómica. Neste estudo, a partir de uma amostra de 1500 idosos, determinaram que 14,8% dos indivíduos apresentavam risco de desnutrição e 1,3% estavam efetivamente desnutridos (Amaral et al., 2018).

Considerando o limitado conhecimento disponível no que se refere à abordagem dos fatores de risco de desnutrição em função das especificidades da população portuguesa, torna-se pertinente procurar a evidência disponível no sentido de resumir os resultados da investigação sobre esta temática. A realização de uma *Scoping Review* parece, pois, uma metodologia relevante para o alcance do objetivo que se estabelece para o presente estudo: mapear os principais fatores de risco de desnutrição na pessoa idosa residente na comunidade na população portuguesa.

METODOLOGIA

Procedeu-se à realização de uma *Scoping Review*, que se trata de um tipo de estudo que visa mapear os conceitos chave que sustentam uma determinada área de pesquisa e as principais fontes e tipos de evidências disponíveis (Arksey & O'Malley, 2005). Esta *Scoping Review* foi estruturada segundo as recomendações do Instituto Joanna Briggs (JBI) (Peters et al., 2020).

De acordo com Peters et al. (2020) a questão deverá ser incorporar os elementos da mnemónica PCC: população, conceito e contexto. Neste sentido, formulou-se a seguinte questão de investigação: “Quais os principais fatores de risco de desnutrição na pessoa idosa residente na comunidade na população portuguesa?”. A Tabela 1 esquematiza a questão PCC associando as palavras-chave definidas para a pesquisa, as quais constituem termos validados pelo DeCS/MeSH – Descritores em Ciências da Saúde.

PCC		Palavras-chave	Palavras-chave em inglês
P (População)	Pessoa idosa residente na comunidade	- Idoso - Comunidade - Desnutrição - Portugal	- Aged - Community - Malnutrition - Portugal
C (Conceito)	Principais fatores de risco de desnutrição		
C (Contexto)	População portuguesa		

Tabela 1 Questão PCC e Palavras-Chave validadas

Foram considerados os seguintes critérios de inclusão para a pesquisa:

- Tipos de estudo: estudos quantitativos e qualitativos;
- Artigos analisados pelos pares;
- Artigos com texto integral disponível;
- Artigos publicados nos últimos 5 anos;
- Estudos em português e inglês;
- Geografia: Portugal;
- Tipo de participantes: Idosos;
- Contexto: Comunidade, Serviços de Apoio Domiciliário, Centros de Dia

Foram definidos como critérios de exclusão os seguintes:

- Tipo de estudo: *Scoping Review*;
- Tipos de participantes: Crianças, adultos, grávidas;
- Contexto: Hospital, Estruturas Residenciais para Pessoas Idosas;
- Referência a doença aguda.

A pesquisa foi formalizada em junho de 2024 através do motor de busca *ESBCO*, selecionado os fornecedores de conteúdos *CINAHL Ultimate* e *MEDLINE Ultimate*, e na base de dados *PubMed*. Foi utilizada a seguinte equação de pesquisa: “malnutrition AND aged AND community AND Portugal”. A pesquisa na *ESBCO* resultou em 2647 artigos. Em seguida foram aplicados os filtros texto integral disponível, analisado pelos pares, publicações referentes aos últimos 5 anos, publicações em português e inglês, restringindo os resultados a 841 artigos. Aplicando o filtro “Geografia: Portugal”, resultam 23 artigos para leitura do título. Desses, apenas 6 parecem dar resposta aos restantes critérios de inclusão e exclusão, sendo selecionados para leitura do resumo. Finalmente, foram selecionados 4 artigos para leitura integral. A pesquisa na *PubMed* resultou em 24 artigos. Em seguida foram aplicados os filtros texto integral disponível, publicações referentes aos últimos 5 anos, publicações em português e inglês, restringindo os resultados a 11 artigos. Procedendo à leitura do título e à aplicação dos critérios de inclusão e exclusão resultam 7 artigos para leitura do resumo. Finalmente, foram selecionados 4 artigos para leitura integral. Destes, 2 artigos foram removidos por se encontrarem duplicados. Conjugando as pesquisas realizadas, resultam 6 artigos para leitura integral. Nesta etapa foi excluído 1 artigo por não dar resposta à questão formulada. O diagrama PRISMA (Diagrama 1) descreve o processo de seleção de artigos, de acordo com as indicações do JBI (Aromataris & Munn, 2020).

APRESENTAÇÃO E ANÁLISE CRÍTICA DOS DADOS

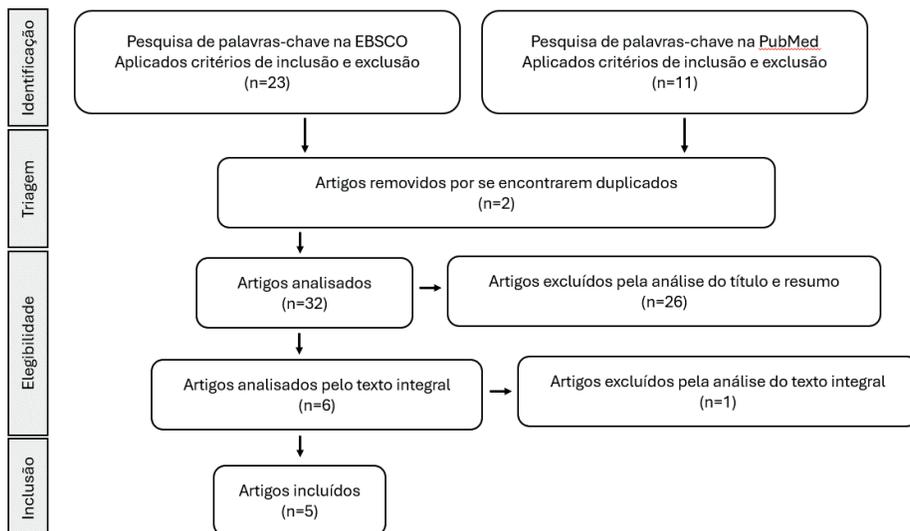


Diagrama 1 Diagrama Prisma (adaptado JBI)

Conforme apresentado no Diagrama 1, após triagem e avaliação da elegibilidade dos

artigos, foram selecionados 5 artigos para análise crítica. A Tabela 2 sintetiza as evidências encontradas, sistematizando os resultados obtidos em cada artigo, tendo em consideração: identificação dos autores, ano, país de origem, tipo de estudo, instrumentos de colheita de dados, participantes, objetivo geral e principais conclusões.

	Título, Ano, Autor, País	Tipo de Estudo	Instrumentos de Colheita de Dados	Participantes	Objetivo Geral
Artigo 1	<p>“Geriatric Assessment of the Portuguese Population Aged 65 and Over Living in the Community: The PEN-3S Study”</p> <p>(2020)</p> <p>Madeira, T., Peixoto-Plácido, C., Sousa-Santos, N., Santos, O., Alarcão, V., Nicola, P., Lopes, C., & Gorjão Clara, J.</p> <p>Portugal</p>	Estudo transversal.	<p>Colheita de dados entre 10/2015 e 09/2016;</p> <p>Entrevistas presenciais estruturadas baseadas em questionários padronizados: Mini Nutricional Assessment Full Form (MNA-FF); Mini Mental State Examination (MMSE); Escala de Depressão Geriátrica (GDS-15); Escala de Lawton; Escala de Solidão da UCLA;</p> <p>Medidas antropométricas segundo padrões internacionais.</p>	Amostra de 1 120 pessoas com 65 anos ou mais, residentes na comunidade.	Caraterizar a população portuguesa com mais de 65 anos relativamente ao estado nutricional, função cognitiva, estado funcional, sintomas de depressão e sentimentos de solidão, por sexo e faixa etária.
	Principais Conclusões				
	<ul style="list-style-type: none"> - Aproximadamente metade dos participantes (50,9%) concluíram o ensino primário e 23,4% nunca frequentaram a escola; - 73,8 % dos participantes tinha pelo menos uma doença que necessitava de cuidados de saúde regulares; - A hipertensão arterial (HTA) foi o diagnóstico relatado com maior frequência (65%), a dislipidemia foi referida por 52,6%, doença cardíaca por 26% e diabetes tipo 2 por 25,9%; - Cerca de metade dos participantes (48,9%) classificou o seu estado de saúde como “regular”, enquanto 25% o considerou “mau” ou “muito mau”. A percepção negativa do estado de saúde foi mais frequente nas mulheres do que nos homens (22,9% face a 9,8%); - O índice de massa corporal (IMC) médio foi significativamente maior para as mulheres; - A prevalência do risco de desnutrição foi de 16,4%, aplicando a MNA-FF; - Tanto a desnutrição como o risco de desnutrição foram significativamente mais prevalentes nas mulheres (0,9% e 20,4%) do que nos homens (0,1% e 10,8%); - A prevalência do risco de desnutrição foi tanto maior quanto maior a faixa etária, atingindo os 25,2% na faixa etária mais avançada (idade igual ou superior a 85 anos); - A prevalência de comprometimento cognitivo foi de 17,7%, sendo significativamente maior na faixa etária mais avançada e maior nas mulheres; - 28,5% dos participantes apresentou limitações na realização das atividades instrumentais de vida diária, chegando a 45,2% na faixa etária mais avançada, sendo esta condição menos frequente nas mulheres; - Sintomas de depressão foram relatados por 23,5% dos participantes, sendo a prevalência desta condição duas vezes mais frequente nas mulheres; - 13,6% dos participantes relataram sentimentos de solidão, sendo esta prevalência muito maior entre as mulheres. 				

	<p>“Nutritional Status among Portuguese and Turkish Older Adults Living in the Community: Relationships with Sociodemographic, Health and Anthropometric Characteristics”</p> <p>(2023)</p> <p>Öztürk, M., Póinhos, R., Afonso, C., Ayhan, N., Almeida, M., & Oliveira, B.</p> <p>Portugal e Turquia</p>	<p>Estudo transversal.</p>	<p>Colheita de dados em 2015 na Turquia e em 2016 em Portugal;</p> <p>Entrevistas presenciais usando procedimentos padronizados: inquéritos, MNA-FF e MNA Short Form (MNA-SF);</p> <p>Medidas antropométricas seguindo métodos padrão.</p>	<p>430 idosos portugueses (72,6%) e 162 turcos (27,4%) não institucionalizados. Total 592 idosos.</p>	<p>Comparar idosos não institucionalizados portugueses e turcos relativamente ao seu estado nutricional, características sociodemográficas, de saúde e antropométricas; Estudar as relações entre os estado nutricional e características sociodemográficas, de saúde e antropométricas.</p>
<p>Artigo 2</p>	Principais Conclusões				
	<ul style="list-style-type: none"> - Os idosos turcos tinham maior probabilidade de ter concluído o ensino secundário ou serem analfabetos, enquanto a maioria dos idosos portugueses tinha concluído o ensino primário; - Os idosos turcos tinham um IMC mais baixo, mas uma circunferência dos gémeos maior do que os idosos portugueses; - Os idosos turcos tinham maior probabilidade de desnutrição ou risco de desnutrição segundo a MNA-FF e a MNA-SF; - Maior proporção da amostra portuguesa tinha perda dentária, diabetes, HTA, doenças oncológicas, doenças renais, problemas osteoarticular ou problemas oculares, mas menos anemia do que os idosos turcos; - Melhor estado nutricional, segundo a MNA-FF, foi encontrado entre os portugueses, do sexo masculino, portadores de próteses dentárias, pessoas sem perdas dentárias, HTA, doenças cardiovasculares, anemia ou doenças oncológicas; - Melhor estado nutricional foi relacionado com idade mais jovem, maior IMC e maior circunferência dos gémeos; - Idosos com maior IMC tinham maior probabilidade de HTA; - A prescrição de 3 ou mais medicamentos estava mais associada aos idosos portugueses e suas comorbidades, a um IMC mais elevado e a pontuações mais elevadas na MNA-FF (melhor estado nutricional); - A realização de refeições menos completas (não implica menor ingestão alimentar global) estava mais associada aos idosos portugueses, a sofrer de HTA ou ter IMC mais elevado; - Os participantes portugueses ingeriam menos líquidos; - Os idosos portugueses tiveram uma pior perceção do seu estado de saúde; - Taxas mais elevadas de desnutrição nos idosos portugueses e turcos foram associadas a ser do sexo feminino, idade avançada, perda dentária, HTA, anemia, doenças cardiovasculares, doenças oncológicas, IMC ou circunferência dos gémeos mais baixos. 				

Artigo 3	<p>“Factors associated with sarcopenia and undernutrition in older adults”</p> <p>(2019)</p> <p>Sousa-Santos, A., Afonso, C., Borges, N., Santos, A., Padrão, P., Moreira, P., & Amaral, T.</p> <p>Portugal</p>	<p>Estudo observacional transversal.</p>	<p>Colheita de dados entre 12/2015 e 06/2016;</p> <p>Questionário estruturado com aplicação de escalas: MNA- SF, MMSE;</p> <p>Medidas antropométricas segundo procedimentos padrão;</p> <p>Medida de força e função muscular utilizando um Jamar Plus + Digital Hand Dynamometer calibrado.</p>	<p>Amostra por conglomerados de 1 500 idosos portugueses com idade igual ou superior a 65 anos</p>	<p>Descrever a frequência de sarcopenia, identificar os fatores associados à sarcopenia e à desnutrição e avaliar a sua coexistência.</p>
	Principais Conclusões				
<ul style="list-style-type: none"> - A frequência de sarcopenia foi de 4,4%; - A sarcopenia coexiste com desnutrição ou risco de desnutrição em 1,5% da amostra; - A sarcopenia esteve diretamente associada a idade superior a 75 anos, residir em casa de repouso, ser solteiro, divorciado ou viúvo, baixo nível de atividade física, desnutrição ou risco de desnutrição e comprometimento cognitivo; - A sarcopenia esteve inversamente associada ao sexo masculino, IMC mais elevado e consumo moderado de álcool; - A desnutrição ou risco de desnutrição foi significativamente associada a uma auto percepção do estado de saúde “má” ou “muito má”, a um baixo nível de atividade física e sarcopenia; - IMC mais elevado esteve inversamente associado a desnutrição. 					
Artigo 4	<p>“The relationship between health self-perception, food consumption and nutritional status among Portuguese older adults”</p> <p>(2019)</p> <p>Babo, M., Poinhos, R., Franchini, B., Afonso, C., Oliveira, B., & Almeida, M.</p> <p>Portugal</p>	<p>Análise descritiva.</p>	<p>Entrevista;</p> <p>A conversão de alimentos em nutrientes foi realizada através do <i>ESHA’s Food Processor® Nutrition Analysis software</i>;</p> <p>MNA;</p> <p>Medidas antropométricas.</p>	<p>Amostra de 459 idosos portugueses com idade igual ou superior a 65 anos.</p>	<p>Compreender a relação entre auto percepção do estado de saúde, consumo alimentar e estado nutricional em idosos portugueses.</p>

Principais Conclusões					
<ul style="list-style-type: none"> - Quase metade da amostra apresentou uma auto percepção do estado de saúde positiva; - As mulheres apresentaram uma auto percepção do estado de saúde mais baixa do que os homens; - Aqueles que tiveram melhor auto percepção do estado de saúde estavam mais propensos a considerar o seu estado de saúde melhor que o dos outros; - Idosos com maior satisfação com a vida relacionada à alimentação consideraram a sua saúde melhor que a dos outros da mesma idade; - Segundo resultados da MNA, 73% não sofriam de desnutrição, 1,1% estavam desnutridos e 25,9% tinham risco de desnutrição; - O estado nutricional foi o preditor mais significativo da auto percepção do estado de saúde, ou seja, um idoso com estado nutricional normal tinha maior probabilidade de ter uma melhor auto percepção do estado de saúde; - Aqueles que tomavam menos medicamentos tinham maior probabilidade de ter uma auto percepção positiva do estado de saúde; - Um maior nível de educação esteve relacionado a uma melhor auto percepção do estado de saúde; - A independência nas compras foi o fator com impacto mais significativo na forma como os idosos se comparam com outros da mesma idade, uma vez que idosos independentes eram mais propensos a considerar a sua saúde melhor que a dos outros; - Um maior consumo de água foi considerado preditor de uma auto percepção do estado de saúde positiva. 					
Artigo 5	<p>“Determinants of Nutritional Risk among Community-Dwelling Older Adults with Social Support”</p> <p>(2023)</p> <p>Ganhão-Arranhado, S., Poínhos, R., & Pinhão, S.</p> <p>Portugal</p>	<p>Estudo transversal e observacional.</p>	<p>Colheita de dados entre 09/2015 e 02/2016;</p> <p>Entrevistas presenciais seguindo questionário;</p> <p>Aplicação de escalas: <i>Gijon Socio-Family Situation Assessment Scale</i>; MNA; <i>Food Insecurity Scale</i> (FIES); MMSE;</p> <p>Medidas antropométricas seguindo métodos padrão.</p>	<p>Amostra de 337 idosos com 65 anos ou mais residentes na comunidade e atendidos em Centros de Terceira Idade em Lisboa.</p>	<p>Avaliar o estado nutricional de idosos frequentadores de Centros de Terceira Idade e identificar os seus preditores.</p>
	Principais Conclusões				
<ul style="list-style-type: none"> - Encontrou-se uma prevalência considerável de analfabetismo e baixa escolaridade; - A prevalência de multimorbilidade na amostra foi de 96,4%; - As patologias predominantes na amostra foram HTA (73,9%), doenças articulares degenerativas (69,4%) e hipercolesterolemia (63,2%); - 99,4% da amostra tomava medicação diária e 96,1% tomava mais de três medicamentos diferentes por dia; - A maioria dos participantes recorreu ao Centro de Terceira Idade por falta de dinheiro, solidão e convívio; - 34,7% dos participantes apresentaram alto risco social e 70% algum nível de insegurança alimentar; - 40,7% dos idosos da amostra apresentaram risco de desnutrição e aproximadamente 5% estava desnutridos; - Ser mais velho, ter pior percepção do estado de saúde, ter ou ter tido depressão, ter ou ter tido problemas respiratórios foram preditores independentes de desnutrição ou risco de desnutrição; - Um tempo intermédio de atendimento no Centro de Terceira Idade (entre 1 e 5 anos) foi associado a menor probabilidade de desnutrição ou risco de desnutrição; - Uma melhor auto percepção do estado de saúde está associada a menor risco nutricional e desnutrição. 					

Tabela 2 Síntese das evidências encontradas

DISCUSSÃO

O objetivo desta revisão foi mapear os principais fatores de risco de desnutrição na pessoa idosa residente na comunidade na população portuguesa. A análise será discursada sobre os 5 artigos selecionados, fundamentando os resultados com base noutros artigos que vão ao encontro da mesma temática e se revelaram pertinentes para o efeito, ainda que não tenham cumprido os critérios de seleção para integrar esta *Scoping Review*. Os artigos selecionados são todos referentes a estudos que envolveram a população portuguesa.

No que se refere à determinação da prevalência de desnutrição e risco de desnutrição três dos estudos apresentam resultados com base na aplicação da escala MNA, denotando-se considerável diferença nos resultados obtidos nas respetivas amostras. Madeira et al. (2020) apresentam uma prevalência de risco de desnutrição na ordem dos 16,4%, Babo et al. (2020) uma prevalência de 25,9% e, por sua vez, Ganhão-Arranhado, Poínhos, & Pinhão (2023) apontam 40,7% de risco de desnutrição. Quanto à desnutrição propriamente dita, Babo et al. (2020) indicam 1,1%, enquanto Ganhão-Arranhado, Poínhos, & Pinhão (2023) elevam a prevalência para os 5%. Os resultados obtidos por Madeira et al. (2020) não diferem em muito dos apresentados por Amaral et al. (2018) no seu estudo “*Nutrition UP 65*”. A disparidade nos resultados poderá estar relacionada com as características específicas da população representada em cada amostra. Nomeadamente, verifica-se que a maior percentagem de desnutrição e risco de desnutrição é obtida no estudo realizado em idosos atendidos em Centros de Terceira Idade (Ganhão-Arranhado, Poínhos, & Pinhão, 2023), o que, desde logo, poderá apontar que a frequência destes serviços de apoio constitua fator de risco ou que estes serviços reúnam pessoas com determinadas características mais propensas ao desenvolvimento de desnutrição e risco de desnutrição. Falta de dinheiro, solidão e convívio são motivos apontados pelos idosos para recorrer a esses serviços de apoio. Estas estruturas contribuem para promover relacionamentos sociais com outros idosos, combatendo assim o isolamento social (Ganhão-Arranhado, Poínhos, & Pinhão, 2023). Importa denotar que a solidão contribui em grande escala para o risco de desnutrição (Ramic et al., 2011 as cited in Ganhão-Arranhado, Poínhos & Pinhão, 2023). Patel, Wardle & Parikh (2019) citados em Madeira et al. (2020) acrescentam que a solidão e o isolamento social produzem efeitos negativos sobre a saúde física e psicológica dos idosos.

Caçador et al. (2021) realizaram um estudo em idosos portugueses institucionalizados onde concluem que o risco de desnutrição está relacionado a maior dependência funcional e comprometimento cognitivo. Nesta ordem, Madeira et al. (2020) determinaram que a existência de limitações na realização das atividades instrumentais de vida diária é maior na faixa etária mais avançada e menos frequente nas mulheres. Babo et al. (2019) especificam que a independência nas compras foi o fator mais significativo na forma como os idosos se comparam com outros da mesma idade. Além disso, Madeira et al. (2020) obtiveram

que a presença de comprometimento cognitivo foi maior na faixa etária mais avançada e nas mulheres e que a presença de sintomas de depressão e sentimentos de solidão foi também mais prevalente no sexo feminino. Albuquerque et al. (2021) destacam a demência ou depressão grave e as situações de stress como os fatores de risco de desnutrição e risco de desnutrição mais prevalentes, tratando-se, porém, de um estudo realizado em idosos institucionalizados. Ganhão-Arranhado, Poínhos, & Pinhão (2023) identificaram que ter ou ter tido depressão constitui um preditor independente de desnutrição ou risco de desnutrição. Concomitantemente, Donini et al. (2013) descrevem que baixa autonomia, declínio cognitivo e depressão estão significativamente associados à desnutrição.

Na decorrência do exposto, Madeira et al. (2020) concluíram no seu estudo que o risco de desnutrição foi significativamente mais prevalente em mulheres. Öztürk et al. (2023) vão de encontro a esse resultado ao referir que taxas mais elevadas de desnutrição foram associadas a ser do sexo feminino. Os mesmos resultados são corroborados em estudos internacionais, como o de Alzahrani, Sayed & Alshamrani (2016), realizado na Arábia Saudita, onde determinaram que as mulheres eram mais propensas à perda de apetite e ao baixo peso, sendo a prevalência de desnutrição significativamente maior em mulheres. Madeira et al. (2020) extrapolam que a maior frequência de analfabetismo entre as mulheres mais velhas pode explicar em parte o seu pior estado cognitivo face aos homens da mesma idade.

No que se refere à educação, todos os estudos são coerentes em afirmar que os idosos portugueses apresentam elevada prevalência de analfabetismo ou apenas concluíram o ensino primário (Babo et al., 2019; Ganhão-Arranhado, Poínhos, & Pinhão, 2023; Madeira et al. 2020; Öztürk et al., 2023; Sousa-Santos et al., 2019). De acordo com os resultados obtidos por Babo et al. (2019), um maior nível de educação esteve relacionado a uma melhor auto percepção do estado de saúde. Além disso, o nível de educação pode afetar a capacidade para fazer escolhas alimentares conscientes e confiáveis (Donini et al., 2013). Neste sentido, os idosos podem ter maior ou menor risco de desnutrição em função de características específicas, nomeadamente dietéticas (Öztürk et al., 2023).

Três dos estudos aferiram que a prevalência do risco de desnutrição foi tanto maior quanto maior a faixa etária (Ganhão-Arranhado, Poínhos, & Pinhão, 2023; Madeira et al. 2020; Öztürk et al., 2023). Estes resultados são corroborados por Albuquerque et al. (2021), cujo estudo identificou que a maioria dos indivíduos desnutridos apresentavam idades superiores a 85 anos.

Os resultados apontaram que a maioria dos idosos portugueses tinha pelo menos uma doença (Madeira et al. 2020) e que existia uma elevada prevalência de multimorbilidade (Ganhão-Arranhado, Poínhos, & Pinhão, 2023). A HTA revelou-se a doença mais frequente entre os participantes dos estudos de Madeira et al. (2020) e de Ganhão-Arranhado, Poínhos, & Pinhão (2023). De acordo com Öztürk et al. (2023) os idosos com maior IMC tinham maior probabilidade de HTA, estabelecendo-se associação deste

facto com a realização de refeições menos completas. Contudo, HTA, anemia, doenças cardiovasculares, doenças oncológicas, perda dentária, IMC baixo e circunferência dos gémeos mais baixa foram associados a taxas mais elevadas de desnutrição. Os resultados parecem, pois, contraditórios no sentido em que estando a desnutrição associada a um IMC mais baixo (Sousa-Santos et al., 2019) e a HTA tenha maior incidência em indivíduos com IMC mais elevado, qual será a relação que remete para o contributo da HTA para uma maior taxa de desnutrição, ficando esta questão para estudos futuros. Ganhão-Arranhado, Poínhos, & Pinhão (2023) acrescentam também os problemas respiratórios foram preditores independentes de desnutrição ou risco de desnutrição.

Ganhão-Arranhado, Poínhos, & Pinhão (2023) descrevem ainda que a quase totalidade dos participantes da sua amostra tomava medicação diária e muitos tomavam mais de três medicamentos diferentes por dia. A prescrição de 3 ou mais medicamentos estava mais associada a um IMC mais elevado e a um melhor estado nutricional. Contrariamente a estes resultados, a Associação Portuguesa dos Nutricionistas (2013) indica que os medicamentos podem interferir no estado nutricional, salientado a importância de atentar nas possíveis interações entre os fármacos e os alimentos/nutrientes. Segundo Babo et al. (2019) aqueles que tomavam menos medicamentos tinham maior probabilidade de ter uma auto percepção positiva do seu estado de saúde.

Relativamente à percepção do estado de saúde foram encontrados resultados dispares nos estudos analisados. Nos estudos de Madeira et al. (2020) e de Babo et al., (2019) verificou-se que as mulheres tiveram uma pior percepção do seu estado de saúde. Considerando, conforme já foi discutido anteriormente, que as mulheres apresentam maior risco de desnutrição, estes resultados vão ao encontro dos resultados obtidos por Ganhão-Arranhado, Poínhos, & Pinhão (2023), que indicam que uma pior percepção do estado de saúde foi preditor independente de desnutrição ou risco de desnutrição. Este resultado é apoiado por Sousa-Santos et al. (2019), cujo estudo indicou também a existência de associação significativa entre desnutrição ou risco de desnutrição e uma percepção negativa do estado de saúde. Complementarmente, noutro estudo, o estado nutricional foi também o preditor mais significativo da percepção do estado de saúde (Babo et al., 2019). Tais resultados transparecem uma clara e significativa associação entre estes dois fatores, tornando-se imperativo considerar a percepção do estado de saúde na avaliação, prevenção e tratamento da desnutrição nos idosos portugueses. Por sua vez, os resultados de Öztürk et al. (2023) tornam-se ambíguos, uma vez que os idosos portugueses tiveram uma pior percepção do seu estado de saúde quando comparados com os idosos turcos, porém estes últimos tinham maior probabilidade de desnutrição ou risco de desnutrição. Tal facto poderá estar relacionado com as características socioeconómicas do país, considerando que o estado nutricional dos idosos tem etiologia multifatorial, com forte componente social (Ganhão-Arranhado, Poínhos & Pinhão, 2023). De acordo com Babo et al. (2019) a modificação da percepção do estado de saúde requiere intervenção em fatores como o

estado nutricional independência nas atividades de vida diária e satisfação com a vida relacionada à alimentação.

O maior consumo de água foi também considerado preditor de percepção positiva do estado de saúde (Babo et al., 2019). Ora, estando uma percepção positiva do estado de saúde associada a um melhor estado nutricional, este resultado é corroborado por Albuquerque et al. (2021), que referem que os indivíduos desnutridos ingerem menos água do que os indivíduos com estado nutricional normal.

Sousa-Santos et al. (2019) identificaram também a existência de uma inter-relação significativa entre desnutrição ou risco de desnutrição, baixo nível de atividade física e sarcopenia. A sarcopenia é também mais prevalente em idosos com idade superior a 75 anos, do sexo feminino e IMC baixo, o que coincide com os já apresentados fatores de risco de desnutrição e risco de desnutrição.

Ficaram assim apresentados os principais fatores de risco de desnutrição. O seu conhecimento torna-se imprescindível para que seja possível intervir precocemente e adequar as intervenções de enfermagem face às necessidades específicas dos idosos portugueses. Segundo Parente, Pereira & Mata (2018) os Cuidados de Saúde Primários representam um contexto de atuação fundamental na promoção de hábitos alimentares saudáveis e na prevenção da desnutrição. Por sua vez Ganhão-Arranhado, Poínhos & Pinhão (2023) reforçam a importância de uma avaliação nutricional rigorosa e precisa na avaliação global dos idosos e da subsequente intervenção individualizada.

LIMITAÇÕES

O presente estudo teve como limitações a baixa existência de evidência disponível sobre a temática, particularmente no que se refere à abordagem dos idosos portugueses. Alguns dos artigos analisados também não se referem diretamente ao estudo dos fatores de risco na população idosa portuguesa, mas sim à relação entre o estado nutricional e outras variáveis.

CONCLUSÃO

Foram mapeados os seguintes fatores de risco de desnutrição na pessoa idosa residente na comunidade na população portuguesa: ser mulher, idade mais avançada, perda dentária, HTA, anemia, doenças cardiovasculares, doenças oncológicas, IMC mais baixo, circunferência dos gêmeos mais baixa, má percepção do estado de saúde, baixo nível de atividade física, sarcopenia e depressão.

Muitos destes fatores de risco estão relacionados ou são consequentes à adoção de estilos de vida pouco saudáveis, sendo passíveis de modificar. A intervenção de enfermagem ao nível dos Cuidados de Saúde Primários releva-se determinante a este nível, ao contribuir para uma melhor literacia da população e mobilizar recursos para fazer

face às necessidades de cada pessoa idosa.

Sugere-se a realização de estudos complementares que descrevam de modo mais aprofundado os diversos fatores de risco e determinantes do estado nutricional dos idosos em Portugal, para dessa forma dotar os profissionais de saúde de ferramentas que possibilitem uma intervenção mais adequada e individualizada.

REFERÊNCIAS

Albuquerque, A., Mateus, M., Niza, P., Rocha, L., & Braz, N. (2021). A demência ou depressão grave: fatores de risco do estado nutricional em idosos institucionalizados. *Psique*, 17(2), 73-87. DOI: <https://doi.org/10.26619/2183-4806.XVII.2.4>

Alzahrani, S., Sayed, I., & Alshamrani, S. (2016). Prevalence and factors associated with geriatric malnutrition in an outpatient clinic of a teaching hospital in Jeddah, Saudi Arabia. *Annals of Saudi Medicine*, 35(5), 346-351. DOI: 10.5144/0256-4947.2016.346

Amaral, T., Afonso, C., Borges, N., Santos, A., Padrão, P., Moreira, P., Ferro, G., Martins, C., Guerra, R., Sousa, A., Valdiviesso, R., & Álvares, L. (2018). *Nutricion UP 65: Nutritional strategies facinf na older demography – Nutritional status assessment descriptive results*. Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto. <https://nutritionup65.up.pt/wp-content/uploads/sites/165/2018/10/Relatorio-EN.pdf>

Araujo, A., Cardoso, A., Wildner, D., Oliveira, O., & Nink, F. (2020). Risco de desnutrição em idosos de um município da região norte do Brasil. *Brazilian Journal of Surgery and Clinical Research*, 32(3), 19-25. https://www.mastereditora.com.br/periodico/20201106_104512.pdf

Arksey, H., & O'Malley, L. (2005) Scoping studies: towards a methodological framework. *International Journal of Social Research Methodology*, 8(1), 19-32. DOI: 10.1080/1364557032000119616

Aromataris E. & Munn Z. (2020). *JBI Manual for Evidence Synthesis*. JBI. <https://doi.org/10.46658/ JBIMES-20-01>

Associação Portuguesa dos Nutricionistas (2013). *Alimentação no Ciclo de Vida: Alimentação na pessoa idosa* (n.º 31). Associação Portuguesa dos Nutricionistas. https://www.apn.org.pt/documentos/ebooks/Ebook_Alimentacao_Ciclo_de_Vida_Idoso.pdf

Babo, M., Poínhos, R., Franchini, B., Afonso, C., Oliveira, B., & Almeida, M. (2019). The relationship between health self-perception, food consumption and nutritional status among Portuguese older adults. *European Journal of Clinical Nutrition*, 1(73), 1613-1617. <https://doi.org/10.1038/s41430-019-0473-2>

Caçador, C., Teixeira-Lemos, E., Oliveira, J., Pinheiro, J., Mascarenhas-Melo, F., & Ramos, F. (2021). The Relationship between Nutritional Status and Functional Capacity: A Contribution Study in Institutionalised Portuguese Older Adults. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(3789), 1-10. <https://doi.org/10.3390/ijerph18073789>

Costa, A., Ribeiro, A., Varela, A., Alves, E., Regateiro, F., Elias, I., Porfírio, A., Miguel, J., Lopes, M., Oliveira, M., Festas, N., & Ferreira, P. (2017). *Estratégia Nacional para o Envelhecimento Ativo e Saudável 2017-2025: Proposta do Grupo de Trabalho Interministerial (Despacho n.º 12427/2016)*. Serviço Nacional de Saúde. <https://www.sns.gov.pt/wp-content/uploads/2017/07/ENEAS.pdf>

- Despacho n.º 9984/2023 do Gabinete da Secretária de Estado da Promoção da Saúde. Diário da República: II série, n.º 188. <https://files.diariodarepublica.pt/2s/2023/09/188000000/0008500089.pdf>
- Direção-Geral da Saúde (2022). *Programa Nacional para a Promoção da Alimentação Saudável 2022-2030*. Direção-Geral da Saúde. https://nutrimento.pt/activeapp/wp-content/uploads/2022/10/PNPAS2022_2030_VF.pdf
- Donini, L., Scardella, P., Piombo, L., Neri, B., Asprino, R., Proietti, A., Carcaterra, S., Cava, E., Cataldi, S., Cucinotta, D., Bella, G., Barbagallo, M., & Morrone, A. (2013). Malnutrition in elderly: social and economic determinants. *The Journal of Nutrition, Health & Aging*, 17(1), 9-15.
- Frade, J., Henriques, C., & Frade, M. (2021). A integração da família nos cuidados de enfermagem: perspetiva de enfermeiros e estudantes de enfermagem. *Revista de Enfermagem Referência*, 5(7), 1–8. DOI: <https://doi.org/10.12707/RV20158>
- Ganhão-Arranhado, S., Póinhos, R., & Pinhão, S. (2023). Determinants of Nutritional Risk among Community-Dwelling Older Adults with Social Support. *Nutrients*, 15(2506), 1-14. <https://doi.org/10.3390/nu15112506>
- Hammouh, F., Abdullah, M., Al-Bakheit, A., Al-Awwad, Dabbour, I., & Al-Jawaldeh, A. (2023). Nutrition Knowledge, Attitudes, and Practices (KAPs) among Jordanian Elderly - A Cross-Sectional Study. *Nutrients*, 15(2220), 1-10. DOI: <https://doi.org/10.3390/nu15092220>
- Lage, J., Simões, C., Combadão, J., Silva, A., & Valente, A. (2018). Avaliação do risco nutricional em idosos utentes de um centro de saúde de Lisboa. *Acta Portuguesa de Nutrição*, 1(14), 6-9. https://actaportuguesadenutricao.pt/wp-content/uploads/2018/11/02_Avalia%C3%A7%C3%A3o-do-risco-nutricional-em-idosos-utentes-de-um-Centro-de-Sa%C3%BAde-de-Lisboa-1.pdf
- Madeira, T., Peixoto-Plácido, C., Sousa-Santos, N., Santos, O., Alarcão, V., Nicola, P., Lopes, C., & Gorção Clara, J. (2020). Geriatric Assessment of the Portuguese Population Aged 65 and Over Living in the Community: The PEN-3S Study. *Acta Médica Portuguesa*, 33(7-8), 475-482. <https://doi.org/10.20344/amp.12832>
- Öztürk, M., Póinhos, R., Afonso, C., Ayhan, N., Almeida, M., & Oliveira, B. (2023). Nutritional Status among Portuguese and Turkish Older Adults Living in the Community: Relationships with Sociodemographic, Health and Anthropometric Characteristics. *Nutrients*, 15(1333), 1-12. <https://doi.org/10.3390/nu15061333>
- Parente, A., Pereira, A., & Mata, A. (2018). Estado nutricional e nível de independência em pessoas idosas. *Acta Portuguesa de Nutrição*, 1(12), 18-25. <https://actaportuguesadenutricao.pt/wp-content/uploads/2018/05/a04.pdf>
- Peters, M., Godfrey, C., McInerney, P., Munn, Z., Tricco, A., Khalil, H. (2020) Chapter 11: Scoping Reviews. In E. Aromataris & Z. Munn (Eds), *JBI Manual for Evidence Synthesis* (pp. 407-452). JBI. <https://doi.org/10.46658/JBIMES-20-12>
- PORDATA (2020). *Retrato de Portugal: Edição 2020*. Fundação Francisco Manuel dos Santos. <https://www.pordata.pt/ebooks/PT2020v20200710/mobile/index.html>
- Regulamento n.º 428/2018 da Ordem dos Enfermeiros. (2018). Diário da República: II série, n.º. 135. <https://diariodarepublica.pt/dr/detalhe/regulamento/428-2018-115698616>

Sousa-Santos, A., Afonso, C., Borges, N., Santos, A., Padrão, P., Moreira, P., & Amaral, T. (2019). Factors associated with sarcopenia and undernutrition in older adults. *Dietitians Association of Australia*, 1(76), 604-612. DOI: 10.1111/1747-0080.12542

United Nations (2015). *Transforming our world: the 2030 agenda for sustainable development*. United Nations. <https://sustainabledevelopment.un.org/content/documents/21252030%20Agenda%20for%20Sustainable%20Development%20web.pdf>