



Congresso Internacional de Envelhecimento Humano

Avanços da ciência e das políticas públicas para o envelhecimento

Área temática: Atenção integral à saúde: promoção, prevenção, tratamento e reabilitação do idoso.

IDOSOS COM DOENÇAS CRÔNICAS NÃO TRANSMISSÍVEIS E SEUS HÁBITOS ALIMENTARES: conhecendo para intervir

Autor: Monalisa Alves Dantas ¹

Co-autor: Patrícia Regina Cardoso de Almeida ²

Co-autor: Rafaela Pereira da Cunha Silva ³

Co-autor: Ana Coeli Castor de Lima ⁴

Orientadora: Gerlane Ângela da Costa Moreira ⁵

¹ Acadêmica de Enfermagem do Centro de Ciências Biológicas e da Saúde da Universidade Federal de Campina Grande.

² Acadêmica de Enfermagem do Centro de Ciências Biológicas e da Saúde da Universidade Estadual da Paraíba.

³ Acadêmica de Enfermagem do Centro de Ciências Biológicas e da Saúde da Universidade Federal de Campina Grande.

⁴ Médica da Estratégia de Saúde da Família da Secretaria de Saúde de Campina Grande.

⁵ Orientadora e Docente do Centro de Ciências Biológicas e da Saúde da Universidade Federal de Campina Grande.

INTRODUÇÃO: A alimentação saudável tem por base o reconhecimento de que um nível ótimo de saúde depende da nutrição. Embora, o envelhecimento seja inevitável, alguns cuidados podem prevenir muitas das alterações degenerativas comuns em idosos. De um modo geral, os idosos devem ter maior preocupação com a alimentação, buscando adotar dietas balanceadas, onde a necessidade alimentar esteja inserida entre as primeiras necessidades dos indivíduos, considerando que de sua satisfação depende a sua própria sobrevivência. **OBJETIVO:** Conhecer os hábitos alimentares dos idosos com doenças crônicas não transmissíveis assistidos por uma equipe da ESF em Campina Grande. **METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo descritivo com abordagem quantitativo, realizado na Estratégia de Saúde da Família do Bonald Filho, no bairro do Monte Santo, Campina Grande, Paraíba. Para coleta de dados, foram aplicados questionários abordando os hábitos alimentares dos idosos com DCNT's. Durante toda a pesquisa, foi respeitada a Resolução nº 196/96 CNS/MS que regulamenta a pesquisa com seres humanos, aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do HUAC, conforme protocolo 20113011-067. **RESULTADOS:** Foram entrevistados 139 idosos de ambos os sexos. Dos

92,7% dos idosos entrevistados, 74,1% retiram a gordura no preparo das carnes; 8,6% acrescentam sal à comida após pronta; 91,4% consomem massas; 71,9% consomem carne vermelha; 92,8% consomem frutas e 84,9% verduras; 36% doces e apenas 26,6% praticam atividade física. **CONCLUSÃO:** Neste estudo foi possível analisar que a alimentação dos idosos em sua maioria é adequada, porém, alguns alimentos em excesso, como a carne vermelha e as massas, associados com a falta de exercícios físicos regulares, tornam esses hábitos alimentares inadequados, podendo levar ao surgimento de doenças crônicas não transmissíveis ou agravá-las.

PALAVRAS-CHAVE: Doenças Crônicas; Idoso; Hábitos alimentares.