

Atividades de Promoção a Saúde

2016

Instituição: Associação Saúde da Família

Estado: São Paulo

Município: São Paulo

Praça Marechal Cordeiro de Farias, 45/65 - Higienópolis
São Paulo - SP
Tel: 11 3154-7050

<http://www.saudedafamilia.org>



Ano: 2016

1. Nome do projeto: Nutrição e saúde para idosos.
2. População alvo: Indivíduos com idade igual ou superior a 60 anos.
3. Objetivo do Projeto: Realizar visitas domiciliares (consultas) com nutricionistas aos idosos acompanhados pelo programa de acompanhante de idosos para realização de diagnóstico nutricional, realização de orientação e tratamento nutricional se necessário.
4. Descrição do projeto: Segundo dados da Organização Mundial de Saúde (OMS) em 2025 será o Brasil o 6º país com maior número de idosos no mundo, nos últimos vinte anos o número de idosos no Brasil dobrou, passou de 10,7 milhões para 23,5 milhões. É de fundamental importância planejar e desenvolver ações que promovam à melhoria na qualidade de vida dessas pessoas e garanta o envelhecimento saudável através do acesso à alimentação equilibrada, atividade física, mental e o convívio social, a OMS recomenda aos programas de promoção da saúde do idoso que incluam em suas ações prioritárias a nutrição.

A Política Nacional de Alimentação e Nutrição do governo brasileiro aponta que entre os idosos são comuns os distúrbios alimentares, se tornando fatores de risco e para doenças. Pesquisa realizada pelo Instituto de Assistência Médica ao Servidor Público Estadual de São Paulo revelou que os idosos têm 3,7 vezes mais chances de desenvolver desnutrição do que adultos mais jovens e o risco de um idoso morrer em decorrência de desnutrição no Brasil é de 71% maior que nos EUA (SOUZA E GUARIENTO, 2009).

A alimentação é um direito essencial do ser humano. Fatores socioculturais, estado físico e mental, econômico e idade influenciam no acesso e consumo dos alimentos. Os idosos apresentam maior dificuldade na elaboração e preparo dos alimentos, podendo se tornar fator de risco para as patologias mais frequentes na velhice como diabetes e a hipertensão, constituindo-se um grupo de risco de carência de macro e micronutrientes, devido à dificuldade de manter a ingestão energética e de nutrientes pela alimentação balanceada (SOUZA E GUARIENTO, 2009).

Diante desta realidade elaboramos o projeto “Nutrição e Saúde para Idosos”, que tem o objetivo de realizar a avaliação nutricional em idosos participantes do Programa Acompanhante de Idosos da Secretária Municipal de Saúde da Cidade São Paulo, a fim de mapear os idosos com deficiência nutricional, fornecendo suplemento alimentar e promovendo a melhora na saúde e qualidade de vida desta população. Optamos pela distribuição de suplemento nutricional, pois ele é de fácil armazenamento, distribuição e preparo. O projeto também incluiu oficinas de orientação e treinamento para cuidadores formais e informais, familiares e profissionais de saúde.

Para a realização deste projeto durante um ano para 50 idosos avaliados o custo foi de R\$ 50.399,96.

5. Resultados: Foram realizadas 100 consultas com profissional nutricionista, um total de 133 idosos foram incluídos no projeto. Durante um ano de projeto foram distribuídas 537 latas de suplemento alimentar. Um total de 20 famílias foram orientadas sobre alimentação e



hábitos saudáveis via equipe do projeto (68 profissionais de geriatria e gerontologia). Durante o projeto foram realizadas 10 reuniões de supervisão e monitoria com os profissionais de saúde treinados.

Também foram distribuídas gratuitamente 5 balanças e 5 fitas antropométricas para os profissionais de saúde avaliarem os idosos.

Um total de 70% dos idosos incluídos no projeto ganharam peso e 50% ganharam mais de 5% do seu peso ideal.

Ocorreu um aumento da consciência sobre a importância de alimentação saudável.

6. Conclusão: a) Aumento significativo da melhora nutricional dos idosos participantes do projeto. b) Orientação e capacitação de 68 profissionais na área nutricional proporcionou aprendizado sobre aspectos nutricionais que são essenciais no manejo da pessoa idosa.
7. Recursos alocados: Um total de R\$50.399,96 foram doados pela Fundação Kellogg a Associação Saúde da Família para a realização deste projeto.

Atividades de assistência nutricional aos idosos, compra de suplemento alimentar e capacitação de profissionais foram integralmente gratuitas.

