

ESTADO NUTRICIONAL, DIABETES E CONSUMO ALIMENTAR DE ÁCIDOS GRAXOS ÔMEGA 3 ASSOCIADOS À FUNÇÃO COGNITIVA EM IDOSOS

Juliana Maria de Oliveira¹; Lucas Paulo Jacinto Saavedra ⁽²⁾; Barbara Fonseca de Almeida Silva ⁽³⁾; Isabelle Zanquetta Carvalho ⁽⁴⁾; Rose Mari Bennemann ⁽⁵⁾

INTRODUÇÃO

A avaliação do estado nutricional é importante para o diagnóstico da desnutrição, principalmente nas fases iniciais ou ainda quando há dúvidas na interpretação de dados subjetivos. Para avaliação do estado nutricional de idosos, utilizam-se parâmetros, como história clínica, dietética, exames laboratoriais e medidas antropométricas, para que se possa, efetivamente, chegar a um diagnóstico com segurança ⁽¹⁾.

É de suma importância lembrar que idosos com alterações cognitivas tem uma maior dificuldade em aderir às medidas necessárias para o adequado controle glicêmico, com maior chance de possibilidade de complicações crônicas do diabetes melito ⁽²⁾.

Os ácidos graxos ômega 3 caracterizam-se por apresentar a instauração no terceiro carbono a partir da extremidade oposta à carboxila. Estes ácidos graxos, em especial o eicosapentaenóico (EPA) e ácido docosahexaenóico (DHA) são encontrados principalmente em peixes de água fria como salmão e arenque. Além disso, o nosso organismo é capaz de produzir estes lipídeos através da conversão do ácido graxo α -linolênico proveniente de fontes alimentares vegetais como a linhaça. Sabe-se, no entanto que esta conversão é limitada. Sendo imprescindível desta forma sua obtenção através da dieta ⁽³⁾.

O funcionamento cognitivo é determinante da capacidade funcional, dele depende o desempenho físico e social. A deterioração das funções cognitivas (atenção, linguagem, memória, atenção viso-espacial e conceituação) leva a perda ou redução da autonomia e independência, comprometendo de forma significativa às condições de vida dos idosos ⁽⁴⁾.

OBJETIVO GERAL

Associar o estado nutricional e o consumo alimentar de EPA e DHA à capacidade cognitiva, em indivíduos idosos frequentadores de uma instituição de longa permanência na cidade de Maringá/PR.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Avaliar o estado nutricional.
- Avaliar o consumo alimentar de EPA e DHA dos idosos.
- Identificar a capacidade cognitiva dos idosos.
- Identificar os idosos com diabetes.

METODOLOGIA

A pesquisa é quantitativa com coleta de dados transversal. Foram avaliados indivíduos idosos com idade igual ou superior a 60 anos, de ambos os sexos, de Instituições de longa permanência. O Projeto de Pesquisa foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) do

1. Nutricionista. Mestranda em Promoção da Saúde pela Unicesumar, linha de pesquisa: Envelhecimento Ativo. E-mail: ju.mar.oliveira@hotmail.com
2. Graduando do curso de Nutrição pela Unicesumar. E-mail: lucaschancho@gmail.com
Graduanda do curso de Nutrição pela Unicesumar. E-mail: barbarafas@hotmail.com
3. Graduanda do curso de Nutrição pela Unicesumar. E-mail: barbarafas@hotmail.com
4. Nutricionista. Mestre em Promoção da Saúde pela Unicesumar na linha de Envelhecimento Ativo. Docente de graduação pela Unicesumar. E-mail: isabelle.zanquetta@cesumar.br
5. Nutricionista. Mestre e Doutora em Saúde Pública pela FSP. Docente permanente do Mestrado em Promoção da Saúde pelo Unicesumar. E-mail: rose.bennemann@gmail.com