

TÍTULO: OBESIDADE NA TERCEIRA IDADE

Instituição: Universidade Estadual do Mato Grosso do Sul

Área temática: Ciências da Saúde

NOME DOS AUTORES:

AGUERO, Amanda Yumi Maeda¹ (amandayumi13@hotmail.com);

ALVARENGA, Márcia Regina Martins² (mrmalvarenga@gmail.com).

¹Discente do curso de Enfermagem da Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul-UEMS;

²Docente do programa de pós-graduação stricto sensu Ensino em Saúde da Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul- UEMS.

RESUMO:

Algumas mudanças ocorrem no organismo do ser humano por conta do processo de envelhecimento. Estas alterações podem ser de ordem nutricional ocasionadas pela redução da massa muscular, perda da quantidade de água no corpo e aumento da gordura visceral e subcutânea. Ao somar essas mudanças decorrentes do processo de envelhecimento com maus hábitos alimentares e ao sedentarismo, pode ocorrer o aumento de peso e obesidade. A pesquisa tem por objetivo compreender o entendimento dos idosos sobre a obesidade; identificar idosos com sobrepeso e obesidade; descrever o entendimento dos idosos sobre a obesidade e seus riscos à saúde e descrever o entendimento dos idosos sobre alimentação e hábitos de vida saudável. Trata-se de uma pesquisa de corte transversal e abordagem mista (quantitativa e qualitativa), com participantes da Universidade Aberta à Melhor Idade da Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul (UNAMI-UEMS). Utilizou-se um questionário virtual com questões relacionadas à saúde e o conhecimento sobre a obesidade, além disso, foi verificado o Índice de Massa Corporal (IMC) para identificar os indivíduos obesos. Foi analisado o entendimento dos idosos sobre a alimentação e hábitos de vida saudáveis e obesidade. As entrevistas foram individual e virtualmente e depois agendadas e realizadas em suas residências. Durante os meses de agosto a setembro de 2021 foi possível entrevistar 8 pessoas com idade entre 59 a 79 anos, todas do sexo feminino. Observou-se que 44,4% são viúvas, 33,3% são casadas e 22,2% solteiras, 50,0% possuem renda mensal de 1 salário mínimo e 66,7% moram acompanhadas. Quanto à cor, 77,8% referiram cor branca, 44,4% disseram ter o ensino médio completo ou mais anos de estudo. Do total de participantes, 7 (87,5%) apresentaram IMC superior a 27kg/m² classificados como obesidade e uma (12,5%) apresentou IMC de 25,51kg/m², considerada como eutrófica. Sobre as questões relacionadas à alimentação e hábitos de vida, a maioria considerou que as frutas são alimentos saudáveis e que as verduras são as que devem ser consumidas com maior frequência. Sobre a questão que associa alimentos e doenças crônicas constatou-se maior prevalência para doces e açúcares como causadores de diabetes melitus, por fim, em relação aos hábitos de vida saudáveis, os exercícios físicos dominaram grande parte das respostas dos participantes. Foi possível identificar idosos obesos e compreender o entendimento dos idosos sobre a obesidade, além de fazer que os mesmos refletissem sobre os seus hábitos de vida saudáveis e como suas escolhas podem interferir na qualidade de vida. A pandemia (COVID19) ocasionou o isolamento e distanciamento social e, portanto, foram necessárias alterações no projeto. Isto fez com que os encontros se tornassem virtuais e que a coleta de dados como o IMC fosse feita por meio de visitas domiciliares somente após a imunização das participantes e da entrevistadora.

PALAVRAS-CHAVE: Educação em Saúde; Saúde do idoso; Obesidade.

AGRADECIMENTOS: Ao Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Científica da Universidade Estadual do Mato Grosso do Sul (PIBIC/UEMS).