

PROPLAN

PRÓ-REITORIA DE PLANEJAMENTO E
DESENVOLVIMENTO INSTITUCIONAL

PROJETO “SER” IDOSO: CUIDADOS COM A SAÚDE NUTRICIONAL DE PESSOAS IDOSAS EM INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA

O envelhecimento é um processo que pode levar a alterações fisiológicas e metabólicas que afetam a nutrição, incluindo a redução da massa muscular, alterações no paladar e no olfato, e uma maior prevalência de doenças crônicas. A desnutrição é um problema significativo, sobretudo em idosos acolhidos em Instituições de Longa Permanência para Pessoas Idosas (ILPI), onde os impactos na saúde são adversos e profundos, considerando dificuldades referentes à oferta alimentar, a adaptação das dietas às condições individuais dos idosos e a qualidade do ambiente alimentar, que podem influenciar o estado nutricional dos idosos. Assim, os cuidados com a saúde nutricional de idosos deve ser garantida por meio de uma abordagem adequada às necessidades alimentares específicas, prevenindo, entre outros problemas de saúde, a desnutrição, que prejudica a evolução da saúde dos idosos. Por isso, foi idealizado em 2018, o projeto de extensão “Ser” Idoso, que hoje atende a 29 idosos da Associação Luiza de Marilac, conhecido como “Lar dos Vovozinhos”, cujo objetivo é tornar o ambiente mais favorável à manutenção de um estado nutricional adequado, uma vez que a alimentação pode ser comprometida por questões como a qualidade e a adequação das dietas oferecidas, a falta de variedade nos alimentos, melhorar as condições de saúde nutricional dos idosos e a dificuldade em adaptar as refeições às necessidades individuais dos idosos acolhidos. A desnutrição associa-se a uma maior taxa de complicações infecciosas, aumento dos períodos de hospitalização e uma diminuição geral da qualidade de vida, portanto, as ações do projeto são voltadas para avaliar, identificar precocemente e intervir adequadamente na prevenção e tratamento da desnutrição, por meio de um monitoramento nutricional regular, da adaptação das dietas às necessidades específicas dos residentes e a promoção de um ambiente que favoreça o armazenamento, a manipulação e a ingestão adequada de alimentos. Para tanto, são realizados treinamentos de boas práticas de alimentos; elaboração de cardápio e plano alimentar; oficinas de Educação Alimentar e Nutricional; avaliação do estado nutricional com estudos de casos críticos e orientações. Os resultados demonstram que as intervenções, como indicação de suplementos, dietoterapia e outros possibilitam recuperar o estado nutricional adequado, organizar as demandas sob grau de urgência, e dar ênfase aos treinamentos aos profissionais da ILPI sobre a utilização consciente das gorduras, condimentos, boas práticas de manipulação e higienização dos alimentos. O trabalho tem sido fundamental para mudanças significativas referentes a saúde dos idosos acolhidos na ILPI. Por fim, ressalta-se a importância da formação humana e profissional dos estudantes envolvidos, que tem vivenciado uma práxis que articula a extensão às ações de pesquisa e ensino de sala de aula.

- O projeto Ser Idoso está registrado na PROEX com o número 405, sendo contemplado com uma bolsa de extensão (PIBEX).

SILVA, Ana Claudia
Fontes da'
OLIVEIRA, Fabiana de
Cássia Carvalho'
SANTANA, Hannah da
Hora'

Universidade Federal do
Espírito Santo