



ESTADO NUTRICIONAL E FORÇA MUSCULAR EM IDOSOS

Flávia Aparecida Cardozo Santos¹; Raquel dos Santos¹; Giulia As Schmidt¹; Isaac Costa Santos²; Lucas dos Santos³

¹Graduandas do Curso de Bacharelado em Nutrição (FAMAM), flaviacardozo4@gmail.com, r.nutrisb@gmail.com, giuliasschmidt@hotmail.com; ²Graduado em Educação Física (UESB). isaky.humanos@gmail.com; ³Mestrando em Ciências da Saúde (UESB), lsantos.ed.f@gmail.com.

As alterações fisiológicas inerentes ao envelhecimento podem gerar agravos à condição nutricional, como aumentos da gordura corporal e diminuições da massa muscular. Estas modificações propiciam prejuízos à força muscular, gerando desfechos desfavoráveis à saúde. O presente estudo teve como objetivo verificar a relação entre estado nutricional e força de preensão manual em idosos. Trata-se de uma revisão de literatura integrativa, realizada nas bases de dados Latina- Americana e do Caribe em Ciências da Saúde - LILAC e *Scientific Electronic Library Online* - SciELO, utilizando a seguinte estratégia de busca: “*muscle strength*” AND “*nutritional status*” AND “*aging*” OR “*aged*” OR “*elderly*”. Os critérios de inclusão foram: estudos originais, publicados em língua portuguesa ou inglesa, entre 1999 e 2019, disponíveis na íntegra, que investigaram a relação entre estado nutricional e força de preensão manual em idosos. Os critérios de exclusão foram: projetos de pesquisa, dissertações, monografias, teses, publicações em anais de eventos, cartas ao editor, artigos de revisão, artigos não disponíveis em formato completo ou duplicados. A seleção dos estudos foi feita por dois revisores de modo simultâneo e independente. Na existência de dúvidas, um terceiro revisor, experiente, foi consultado. Entre os 103 manuscritos encontrados, sete atenderam ao objetivo e critérios propostos. Destes, um estudo foi realizado apenas com idosas e outro apenas com idosos. Ademais, cinco estudos foram realizados com idosos de ambos os sexos. A média de idade dos avaliados variou entre 69±5,9 e 76±4,0 anos. As prevalências de sobrepeso/obesidade oscilaram entre 40% e 82,9%, enquanto as de baixo peso, variaram de 0,5% a 51,21%. Todos os estudos mostraram associação entre as variáveis estudadas. Em um destes, os idosos desnutridos apresentaram 2,21 vezes mais chances para uma força de preensão manual ruim, quando comparados aos eutróficos. Três estudos apontaram uma correlação significativa, positiva, entre o estado nutricional e a força de preensão manual, onde quanto melhor a condição nutricional, maior a força muscular dos avaliados. Os resultados da presente revisão mostraram que a condição de desnutrição interfere diretamente na força de preensão manual, apontando a necessidade do monitoramento do estado nutricional, durante o envelhecimento, visto a importância da força muscular à saúde do idoso.

Palavras-chave: Desnutrição. Força de Preensão Manual. Saúde do Idoso.