

# APLICAÇÃO DE MARCADORES DE CONSUMO ALIMENTAR EM IDOSOS USUÁRIOS DE UMA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE DO MUNICÍPIO DE SANTA CRUZ/RN: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Gabriela Micherlandia dos Santos <sup>1</sup>  
Cynthia Lorena Teixeira de Araújo Lima <sup>2</sup>

## RESUMO

O perfil de saúde da população idosa brasileira é caracterizado pela transição de processos agudos ou de óbitos e aumento de indivíduos acometidos pelas doenças crônicas não transmissíveis e suas complicações, as quais possuem associação direta com o consumo alimentar. O objetivo desse trabalho é relatar a experiência vivenciada no período de estágio supervisionado de Nutrição em Saúde Coletiva de estudantes do curso de Nutrição da Faculdade de Ciências da Saúde do Trairi/Universidade Federal do Rio Grande do Norte (FACISA/UFRN). O decurso de aprendizado prático ocorreu na Secretaria Municipal de Saúde de Santa Cruz/RN, em que dentre as atividades desenvolvidas, visitas semanais eram realizadas na Unidade Básica de Saúde, sendo acompanhadas e supervisionadas por uma nutricionista. Na sala de espera da UBS, os usuários eram abordados e convidados para responder ao formulário de Marcadores de Consumo Alimentar do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional. Dando importância aos usuários idosos, destaca-se que o conjunto de questões presentes no formulário indicado a este público, reúne marcadores de consumo alimentar compreendendo alimentos saudáveis e não saudáveis. Foram atendidos o total de seis idosos na UBS, com idades de 64 a 77 anos, sendo a maioria mulheres (83%). Quanto aos marcadores de consumo alimentar saudável, os resultados mostraram que a maioria dos idosos atendidos possui o perfil de um consumo alimentar saudável, dando prioridades à ingestão de alimentos *in natura* ou minimamente processados, assim como é recomendado pela atual edição do Guia Alimentar para a População Brasileira.

**Palavras-chave:** Atenção Primária à Saúde, Consumo Alimentar, Envelhecimento, Estilo de Vida.

## INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional é uma realidade de países em desenvolvimento, em decorrência da redução das taxas de mortalidade, de fecundidade e do aumento da

---

<sup>1</sup> Graduanda do Curso de Nutrição da Faculdade de Ciência da Saúde do Trairi/Universidade Federal do Rio Grande do Norte – FACISA/UFRN, [gm-gabriela@hotmail.com](mailto:gm-gabriela@hotmail.com);

<sup>2</sup> Orientadora: Especialista em Nutrição Clínica pela Universidade Estácio de Sá, Nutricionista da Prefeitura Municipal de Santa Cruz-RN, [cynthianutri2@gmail.com](mailto:cynthianutri2@gmail.com).

expectativa de vida, o que vem apresentando desafios para a sociedade, sobretudo, para a saúde pública (PEREIRA et al., 2020). Estima-se que, em 2025, a população brasileira alcance o sexto lugar dos países com maior número de idosos no mundo, apresentando cerca de 32 milhões de pessoas com 60 anos de idade ou mais (PODMELLE; ZIMMERMANN, 2019).

O perfil de saúde da população idosa brasileira é caracterizado pela transição de processos agudos ou de óbitos e aumento de indivíduos acometidos pelas doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) e suas complicações, as quais possuem associação direta com a qualidade dos alimentos que são consumidos (SOUZA et al., 2016). Nesse contexto, torna-se necessário o monitoramento da saúde desta parcela populacional, em que destaca-se, avaliar os hábitos de consumo alimentar, uma vez que, a alimentação é um os fatores que contribuem para o desenvolvimento das DCNT (PODMELLE; ZIMMERMANN, 2019).

O consumo de alimentos saudáveis é um dos determinantes do estado nutricional e está relacionado à saúde em todas as fases da vida. No âmbito da Vigilância Alimentar e Nutricional (VAN), o monitoramento das práticas do consumo alimentar contribui com o diagnóstico da condição alimentar e nutricional e, ao mesmo tempo, fornece subsídios para o planejamento em saúde destinado à população dos serviços de Atenção Básica (BRASIL, 2015).

A avaliação do consumo alimentar é uma ação estratégica que fortalece ações preventivas e terapêuticas na rotina de trabalho da Atenção Básica. Portanto, para isto, desde 2008, a Coordenação-Geral de Alimentação e Nutrição (CGAN) disponibiliza os formulários de Marcadores de Consumo Alimentar no Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (Sisvan Web), hoje integrado à Estratégia e-SUS AB, possibilitando a avaliação do consumo alimentar da população brasileira na Atenção Básica (BRASIL, 2015; BRASIL, 2017).

Em 2013, os formulários para avaliação de Marcadores de Consumo Alimentar foram atualizados com a finalidade de permitir que todos os profissionais das equipes de Atenção Básica pudessem realizar o preenchimento, além de que, a nova proposta simplifica o processo de coleta de dados e a análise das informações obtidas no momento do atendimento individual (BRASIL, 2015).

O Ministério da Saúde, com o intuito de promover alimentação adequada e saudável para a população brasileira, lança em 2014 a segunda edição do Guia

Alimentar para a População Brasileira, tornando-se um instrumento para apoiar e incentivar práticas alimentares saudáveis no âmbito individual e coletivo, como também para subsidiar políticas, programas e ações que visem a incentivar, apoiar, proteger e promover a saúde e a segurança alimentar e nutricional da população (BRASIL, 2014; COELHO et al., 2017).

Com isso, observa-se que, dentre os desafios para a saúde pública, diante do aumento da expectativa de vida e do acelerado envelhecimento populacional no Brasil, é necessário melhorias de aspectos que possam contribuir para um envelhecimento ativo e saudável, destacando o monitoramento e avaliação do consumo alimentar desse público.

O objetivo deste trabalho é relatar a experiência vivenciada no período de estágio supervisionado de Nutrição em Saúde Coletiva de estudantes do curso de Nutrição da Faculdade de Ciências da Saúde do Trairi/Universidade Federal do Rio Grande do Norte (FACISA/UFRN).

## **METODOLOGIA**

O presente artigo é um relato de experiência resultado da prática de estágio supervisionado de Nutrição em Saúde Coletiva de estudantes do curso de Nutrição da Faculdade de Ciências da Saúde do Trairi/Universidade Federal do Rio Grande do Norte (FACISA/UFRN), a qual está localizada no município de Santa Cruz, na Região do Trairi, do estado do Rio Grande do Norte.

O decurso de aprendizado prático das estudantes ocorreu na Secretaria Municipal de Saúde de Santa Cruz/RN (SMS, Santa Cruz/RN), em que dentre as atividades desenvolvidas, visitas semanais na Unidade Básica de Saúde (UBS) eram realizadas. A UBS de que se trata, se situa no bairro Paraíso, UBS Paraíso I. Nas segundas e quintas-feiras, aconteciam as idas na Unidade, compreendendo o período de 16 de junho a 07 de julho de 2021. As atividades desenvolvidas foram acompanhadas e supervisionadas pela nutricionista da SMS, Santa Cruz/RN.

Enfatiza-se que, a referida UBS está localizada em um bairro de extrema vulnerabilidade social do município de Santa Cruz/RN. Desta forma, as visitas tornaram-se necessárias para atender a população e a promover o aumento de cobertura do acompanhamento do consumo alimentar no *Sisvan Web*.

responder ao formulário de Marcadores de Consumo Alimentar do SISVAN, o qual apresenta três categorias de formulários: um para crianças menores de 6 meses, um para crianças de 6 a 23 meses e 29 dias de idade e outro para crianças com 2 anos de idade ou mais, adolescentes, adultos, idosos e gestantes. Os formulários propõem a análise dos alimentos consumidos no dia anterior, de modo a amenizar possíveis vieses de memória (BRASIL, 2015).

Considerando e dando importância aos usuários idosos, destaca-se que o conjunto de questões presentes no formulário indicados à este público, reúne marcadores de consumo alimentar elaborados com base na nova proposta do Guia Alimentar para a População Brasileira, sendo possível o profissional aplicador identificar o consumo de alimentos saudáveis – feijão, frutas e verduras e/ou legumes; e não saudáveis, como o consumo de hambúrguer e/ou embutidos, bebidas adoçadas, macarrão instantâneo, salgadinhos de pacote ou biscoitos salgados, como também o consumo de biscoito recheado, doces ou guloseimas (BRASIL, 2015).

Ao final do atendimento, orientações nutricionais foram repassadas de acordo com as respostas obtidas no formulário e as dúvidas referentes à alimentação que cada indivíduo apresentava eram sanadas.

O preenchimento dos formulários se deu de modo manual durante a abordagem e, em seguida, os dados coletados foram digitados em uma planilha do *software Microsoft Excel 2013* para análise e discussão.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

No período de 16 de junho a 07 de julho de 2021, foram atendidos o total de seis idosos na UBS, compreendendo as idades de 64 a 77 anos, sendo a maioria mulheres (83%). A Tabela 1 apresenta a caracterização da população.

Tabela 1 – Caracterização dos idosos atendidos na UBS do Paraíso I, Santa Cruz/RN, 2020

Caracterização	n	%
<i>Idade</i>		
≥ 60 a 70 anos	4	67
≥ 70 a 80 anos	2	33
<i>Sexo</i>		
Feminino	5	83

		(conclusão)
Masculino	1	17

Fonte: Das autoras.

Acerca dos marcadores de consumo alimentar saudável, a maioria dos idosos atendidos relataram que consumiram no dia anterior feijão (67%), frutas frescas (67%), verduras e/ou legumes (83%). Quanto aos marcadores de alimentos não saudáveis, os idosos, na mesma proporção (17%) relataram ter consumido no dia anterior hambúrguer e/ou embutidos, bebidas adoçadas e macarrão instantâneo, salgadinhos de pacote ou biscoitos salgados (Tabela 2).

Tabela 2 – Marcadores de consumo alimentar de alimentos saudáveis e não saudáveis. Santa Cruz, RN, 2021 (n=6)

Marcadores	Sim		Não	
	n	%	n	%
<b>Feijão</b>	4	67	2	33
<b>Frutas frescas</b>	4	67	2	33
<b>Verduras e/ou legumes</b>	5	83	1	17
<b>Hambúrguer e/ou embutidos</b>	1	17	5	83
<b>Bebidas adoçadas</b>	1	17	5	83
<b>Macarrão instantâneo, salgadinhos de pacote ou biscoitos salgados</b>	1	17	5	83
<b>Biscoito recheado</b>	0	0	6	100

Fonte: Das autoras.

Embora a análise dos marcadores de alimentos saudáveis e não saudáveis do SISVAN seja em relação ao dia anterior, observou-se resultados positivos do consumo da população de idosos apresentada neste trabalho, em que, mais da metade relataram ter consumido os alimentos saudáveis, como também, a maioria não consumiu os alimentos considerados não saudáveis para uma alimentação adequada.

Os resultados encontrados são semelhantes aos de Pereira e Sampaio (2019), que também avaliaram o consumo alimentar utilizando o mesmo instrumento aplicado neste estudo, e verificaram que, do total de idosos com relatório de consumo alimentar

cadastrado no SISVAN Web do estado do Piauí (n=1681), 88% afirmaram ter consumido feijão, 75% frutas frescas e 63% referiram a ingestão de verduras e/ou legumes. Quanto ao consumo dos alimentos que devem ser evitados, verificou-se o consumo de bebidas adoçadas por 29% dos avaliados e de macarrão instantâneo, salgadinho de pacote ou biscoito salgado por 28% da população.

O Guia Alimentar para a População Brasileira, em sua segunda edição publicada em 2014, não traz notas de quantitativo de consumo e/ou nutrientes, mas princípios para a adoção e manutenção de uma alimentação saudável, além de uma “regra de ouro” a qual é descrita para preferir alimentos *in natura* ou minimamente processados e preparações culinárias a alimentos ultraprocessados (BRASIL, 2014).

O consumo inadequado de alimentos que compõem uma alimentação saudável já é reconhecido como um dos dez fatores de risco que contribuem para a carga global de doenças crônicas não transmissíveis em todo o mundo (BARBOSA, 2012). Estudo realizado por Pasa e colaboradores (2016) com idosos (n=50) de um centro de convivência no município de Goioxim/PR, verificaram 60% portavam alguma DCNT, sendo as mais citadas a hipertensão arterial, as dislipidemias e o diabetes melittus. Foi observado uma baixa frequência do consumo diário de frutas e hortaliças, que são grupos importantes para a manutenção de hábitos saudáveis. Assim, os autores sugerem a realização de ações educativas com a finalidade de promover hábitos mais saudáveis, o que pode proporcionar maior qualidade de vida e redução do risco de doenças.

O acelerado envelhecimento populacional em diversos países, como no Brasil, tem implicado na incidência e prevalência das DCNT, o que tem demonstrado a necessidade de políticas públicas integradas para a abordagem desta problemática, sobretudo, em relação ao cuidado e atenção à saúde dos idosos, o que acarreta desafios para o sistema de saúde em que tais sujeitos estão inseridos (BARRETO; CARREIRA; MARCON, 2015).

Monitorar os hábitos e práticas de consumo alimentar, como parte da Vigilância Alimentar e Nutricional, é de suma importância para delinear o diagnóstico da situação alimentar e nutricional da população, contribuindo no fornecimento de subsídios para o planejamento de Atenção Básica (BRASIL, 2015).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados mostraram que a maioria dos idosos atendidos possui o perfil de um consumo alimentar saudável, dando prioridades a ingestão de alimentos in natura ou minimamente processados, assim como é recomendado pela atual edição do Guia Alimentar para a População Brasileira.

Embora a ação tenha sido desenvolvida somente em uma UBS do município de Santa Cruz/RN, os resultados aqui apresentados podem incentivar aos profissionais de saúde do município a realizar o diagnóstico das práticas de consumo alimentar dos idosos, ampliando também o acesso das populações em situação de vulnerabilidade social aos serviços de Atenção Básica.

Além disso, poderá contribuir para o desenvolvimento de atividades com o objetivo de promover a busca do envelhecimento saudável, visando a manutenção da qualidade de vida e a autonomia do idoso para escolhas, como a do preparo e consumo alimentar.

## AGRADECIMENTOS

Aos idosos usuários da Unidade Básica de Saúde do Paraíso e à Secretaria Municipal de Saúde, Santa Cruz/RN.

## REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Coordenação-Geral da Política de Alimentação e Nutrição. **Guia Alimentar para a População Brasileira**. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014. 158p.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Orientações para avaliação de marcadores de consumo alimentar na Atenção Básica**. Brasília: Ministério da Saúde, 2015.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. **Integração entre e-SUS AB e SISVAN**. 2017. Disponível em: <<https://aps.saude.gov.br/noticia/2479>>. Acesso em: 15 out. 2021.

BARBOSA, S. J. O. **Consumo Alimentar, seus Fatores Explicativos e a Associação com a Obesidade Abdominal em População de Etnia Negra de Salvador**. Salvador, 2012. 112 f. Tese (Doutorado) – Universidade Federal da Bahia. 2012.

BARRETO, M. S.; L. C.; MARCON, S. S. Envelhecimento populacional e doenças crônicas: Reflexões sobre os desafios para o Sistema de Saúde Pública. **Revista Kairós Gerontologia**. São Paulo, v. 18, n. 1. p. 325-339. jan./mar. 2015.

COELHO, C. N. V. et al. Consumo alimentar de idosos atendidos em um programa de reabilitação da saúde bucal de unidades de saúde da família na cidade de Pelotas-RS. **Revista da Associação Brasileira de Nutrição**. São Paulo, n. 2. p. 43-49. jul./dez. 2017.

PASA, D.; CHICONATTO, P. PEDROSO, K. S.; SCHMITT, V. Alimentação e doenças crônicas não transmissíveis em idosos participantes de um grupo de terceira idade. **Revista UNIABEU**. Belford Roxo, v. 9, n. 23. p. 111-125. set./dez. 2016.

PEREIRA, B. P. et al. Consumo alimentar e multimorbidade entre idosos não institucionalizados de Pelotas, 2014: estudo transversal. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**. Brasília, v. 29, n. 3. p. 1-15. 2020.

PODMELLE, R. M.; ZIMMERMANN, R. D. Estilo de vida dos idosos do Nordeste do Brasil: estudo comparativo. **Revista Baiana de Saúde Pública**. Salvador, v. 43, n. 2. p. 425-443. abr./jun. 2019.

SOUZA, J. D. et al. Padrão alimentar de idosos: caracterização e associação com aspectos socioeconômicos. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**. Rio de Janeiro, v. 19, n. 6. p. 970-977. 2016.