

DOENÇAS CRÔNICAS

Câncer; doenças neurológicas; diabetes; doenças cardiovasculares.



Uso de medicações

ASPECTOS ECONÔMICOS E PSICOSSOCIAIS

Perda de cônjuge; depressão; solidão familiar e social; capacidade de deslocamento; capacidade cognitiva; insuficientes recursos econômicos.

NECESSIDADES NUTRICIONAIS

Energia: 30kcal/kg/dia; Carboidratos: 60% da necessidade diária; Lipídeos: 25% da necessidade energética; Proteínas: 0,8/kg/dia; Água: mínimo de 30ml/kg/dia; Fibras: 30g/dia

PRÁTICAS RECOMENDADAS

Realizar as refeições com amigos e/ou familiares; preparar alimentos que tragam boas lembranças; selecionar alimentos que causem prazer (não pode ser radical na redução da gordura, por exemplo, pois ela torna o alimento mais palatável); buscar auxílio para adquirir, preparar e consumir os alimentos; praticar exercícios físicos.

+ Recomendações do guia alimentar

ALTERAÇÕES FISIOLÓGICAS

↓ metabolismo basal; ↓ densidade óssea; ↓ composição corporal de água; ↓ sensibilidade à sede; ↓ percepção sensorial; ↓ absorção de Vit. B12; atrofia da mucosa gástrica; alteração na capacidade mastigatória; alteração na composição e no fluxo salivar; xerostomia; constipação ou diarreia; refluxo gastroesofágico, disfagia; enfermidades neurológicas.

↑ alimentos macios/ carboidratos
↓ carne e vegetais crus; fibras e micronutrientes

Cuidados especiais na avaliação clínica e anamnese

POPULAÇÃO DE RISCO PARA A DESNUTRIÇÃO

Fatores que afetam o estado nutricional



AVALIAÇÃO NUTRICIONAL E ANTROPOMÉTRICA

Mini avaliação nutricional (MAN); hábitos alimentares; dados bioquímicos; IMC pontos de corte diferenciados; circunferência da panturrilha; circunferência da cintura e quadril; área muscular do braço corrigida (AMBc).

TERAPIA NUTRICIONAL

Manter ou melhorar o status nutricional; proporcionar o estímulo à função muscular e mental, à atividade física e à capacidade de reabilitação; impedir a deficiência de macro e micronutrientes.

SÍNDROMES GERIÁTRICAS

Incapacidade cognitiva; instabilidade postural; imobilidade; incapacidade comunicativa → Afetam a autonomia e a independência.

IDOSOS E O ALZHEIMER

No Brasil, a doença de Alzheimer corresponde a 50-60% dos casos de demência em idosos. Esse índice traz preocupações quanto à nutrição, por apresentarem recomendações e cuidados específicos na terapia nutricional.

