

Avaliação antropométrica e educação alimentar e nutricional em instituições de acolhimento: relato de experiência

Fabiana de Cássia Carvalho Oliveira¹, Daniela da Silva Oliveira², Mirelle Lomar Viana², Betyna Clara Mello Silva³, Lucas Scardini Neves³, Aline Carare Candido⁴, Ana Claudia Fontes da Silva⁵, Rosimary Paula Ferreira Vargas⁶, Joyce Furtunato Barbosa³, Nandyala Crisóstomo Santos³

Resumo: A população institucionalizada encontra-se em situação de vulnerabilidade social, tendo seus direitos fragilizados. Este trabalho teve como objetivo apresentar o relato de experiência de um projeto de extensão universitária realizado em 2023 em quatro instituições de acolhimento do município de Alegre-ES, sendo três da rede assistencial municipal e uma Comunidade Terapêutica que acolhe mulheres dependentes químicas para reabilitação. O projeto realizou análise e acompanhamento do estado antropométrico dos residentes. Além disso, foram realizadas ações de Educação Alimentar e Nutricional mensais. Foi preocupante a prevalência de excesso de peso nas instituições avaliadas, variando de 44,5 a 64,8%. O acompanhamento nutricional por meio do projeto foi relevante para prevenção e recuperação da saúde dos indivíduos institucionalizados.

Palavras-chave: Obesidade. Assistência social. Nutrição de grupos vulneráveis. Criança. Instituição de longa permanência para idosos.

Área Temática: Saúde.

Anthropometric assessment and food and nutrition education in shelter institutions: experience report

Abstract: The institutionalized people are in a situation of social vulnerability, with its rights weakened. This work aimed to present the experience report of a university extension project carried out in 2023 in four reception institutions in the city of Alegre-ES, three of which are part of the municipal assistance network and one Therapeutic Community that receive chemically dependent women for rehabilitation. The project carried out analysis and monitoring anthropometric status of residents. In addition, monthly Food and Nutrition Education actions were carried out. The prevalence of overweight in the institutions evaluated was worrying, ranging from 44.5 to 64.8%. Nutritional monitoring through the project proved to be relevant for prevention and recovery of the health of institutionalized individuals.

Keywords: Obesity. Social support. Nutrition for vulnerable groups. Child. Long term care institution for elders.

¹ Docente do curso de Nutrição. Departamento de Farmácia e Nutrição. Universidade Federal do Espírito Santo (UFES). E-mail: fadcco@gmail.com.

² Docente do curso de Nutrição. Departamento de Farmácia e Nutrição. Universidade Federal do Espírito Santo (UFES).

³ Graduandos do curso de Nutrição. Universidade Federal do Espírito Santo (UFES).

⁴ Pós-doutoranda. Departamento de Nutrição e Saúde. Programa de Pós-Graduação em Ciência da Nutrição. Universidade Federal de Viçosa.

⁵ Assistente Social. Universidade Federal do Espírito Santo (UFES).

⁶ Psicóloga. Secretaria Municipal de Assistência Social e Direitos Humanos. Prefeitura Municipal de Alegre, Espírito Santo.

Evaluación antropométrica y educación alimentaria y nutricional en instituciones de acogida: relato de experiencia

Resumen: *La población institucionalizada se encuentra en una situación de vulnerabilidad social, con sus derechos debilitados. Este trabajo tuvo como objetivo presentar el relato de experiencia de un proyecto de extensión universitaria realizado en 2023 en cuatro instituciones de acogida de la ciudad de Alegre-ES, tres de las cuales forman parte de la red asistencial municipal y una Comunidad Terapéutica que acoge a mujeres químicamente dependientes para su rehabilitación. El proyecto llevó a cabo análisis y seguimiento del estado antropométrico de los residentes. Además, se realizaron acciones mensuales de Educación Alimentaria y Nutricional. Fue preocupante la prevalencia de exceso de peso en las instituciones evaluadas, oscilando entre 44,5 y 64,8%. El seguimiento nutricional a través del proyecto era relevante para la prevención y recuperación de la salud de las personas institucionalizadas.*

Palabras clave: *Obesidad. Apoyo social. Nutrición de los grupos vulnerables. Niño. Hogares para ancianos.*

INTRODUÇÃO

As unidades de acolhimento são estratégias governamentais no âmbito do Sistema Único de Assistência Social (SUAS) que oferecem abrigo a pessoas afastadas temporária ou definitivamente de suas famílias e que estejam em situação de ameaça, abandono ou violação de direitos. Atendem crianças, adolescentes, adultos, idosos, pessoas com deficiência, mulheres em situação de violência, indivíduos desabrigados devido a calamidades públicas, promovendo o acolhimento até retornarem às suas próprias ou outras famílias, ou até que possam adquirir autonomia (Brasil, 2023a). Já na esfera do Sistema Nacional de Políticas Públicas sobre Drogas, as Comunidades Terapêuticas são instituições sem fins lucrativos que acolhem temporariamente pessoas com transtornos decorrentes do uso, abuso ou dependência de substâncias psicoativas, que escolhem, de forma voluntária, a reabilitação (Brasil, 2023b).

Embora tenham a proteção do Estado e ajuda da sociedade civil, a população em situação de institucionalização encontra-se sob maior risco nutricional devido a fatores fisiológicos, como o envelhecimento; comportamentais, como sedentarismo e perda da independência; psíquicos, como depressão e compulsão alimentar; e institucionais, como restrições orçamentárias e ausência de responsável técnico pelo preparo das refeições (Calcaterra *et al.*, 2024; Felício *et al.*, 2022; Moser; Hembecker; Nakato, 2021).

Projetos de extensão universitária, sobretudo na área de alimentação e nutrição, são estratégias de grande impacto para levar a promoção da saúde a grupos vulneráveis, melhorando significativamente sua qualidade de vida e, ao mesmo tempo, permitem que graduandos experienciem sua área de atuação, adquirindo habilidades éticas e humanísticas.

OBJETIVO

O objetivo do presente trabalho é relatar a experiência de estudantes de nutrição em um projeto de extensão visando a promoção da alimentação saudável em unidades de acolhimento de um município do Espírito Santo.

METODOLOGIA

O projeto de extensão intitulado "Promoção da segurança alimentar e nutricional em instituições de acolhimento de Alegre-ES" foi iniciado no ano de 2023 e registrado na Pró-Reitoria de Extensão da Universidade Federal do Espírito Santo (UFES) sob nº 3743. O presente relato refere-se às atividades realizadas entre fevereiro e dezembro de 2023. Participaram do projeto quatro instituições de acolhimento, vinculadas ou não à rede assistencial de Alegre-ES, sendo elas a Fazenda da Esperança São Francisco de Assis, comunidade terapêutica que acolheu 22 mulheres dependentes químicas para reabilitação em 2023, a Associação Beneficente Dias Melhores (ABDM), Residência Inclusiva com 10 pessoas portadoras de deficiências, a Instituição de Longa Permanência para Idosos (ILPI) Associação Luíza de Marillac, que acolheu 30 indivíduos em 2023, e o Abrigo Institucional "Tia Mirtes", que acolheu 14 crianças e adolescentes neste período.

O projeto contou com a parceria do curso de Psicologia da Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras de Alegre (FAFIA), do curso de Agronomia da UFES e da Secretaria Executiva de Assistência Social e Direitos Humanos da Prefeitura Municipal de Alegre. O planejamento e execução das atividades de antropometria e Educação Alimentar e Nutricional (EAN) ficaram sob a responsabilidade de 8 estudantes do curso de Nutrição da UFES. Além disso, o projeto contou com 1 estudante do curso de Agronomia da UFES, que orientou as atividades relacionadas às hortas institucionais, e 2 graduandos do curso de Psicologia da FAFIA, os quais conduziram as intervenções grupais com temáticas psicossociais com as mulheres dependentes químicas.

Em cada instituição foi realizado o diagnóstico e acompanhamento antropométrico dos acolhidos e, segundo a situação identificada, foram traçadas ações de intervenção voltadas para o público-alvo em questão.

No que diz respeito à antropometria, entre as crianças e adolescentes aferiu-se o peso e estatura, os quais foram utilizados para o cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC). O indicador utilizado foi $IMC/Idade$, avaliado em escores-Z nas curvas de crescimento estabelecidas pela Organização Mundial da saúde. Foram considerados eutróficos aqueles cujo IMC/I estavam entre -2.00 e +1.00 escores-Z (WHO, 2006; Onis *et al.*, 2007).

Em adultos e idosos foi aferido peso e estatura, através dos quais foi calculado o IMC. Em idosos considerou-se como eutrofia os valores de IMC entre 22 e 27 kg/m² e, em adultos, os valores entre 18,5 a 24,9 kg/m². A dobra cutânea tricipital foi mensurada para avaliar a evolução de massa adiposa (Lipschitz, 1994; WHO, 2000). Para todos os idosos a estatura foi estimada por meio de fórmula que utiliza a medida da altura do joelho (Chumlea; Roche; Steinbaugh, 1985). No caso de indivíduos acamados ou cadeirantes a estatura foi estimada através da altura do joelho e o peso foi obtido pesando-se o indivíduo no colo do cuidador e, em seguida, apenas o cuidador, calculando-se a diferença entre os valores. Entre as mulheres da Fazenda da Esperança, por ser um público no qual as medidas são obtidas com mais facilidade, também aferiu-se o percentual de gordura corporal, por bioimpedância, e o perímetro abdominal, usando a circunferência da cintura no ponto médio entre a última costela e a crista ilíaca (Lohman, 1992; WHO, 2008). Considerou-se o valor de referência de 23% de gordura corporal como a média, segundo Lohman (1992).

Para o cálculo da frequência de baixo peso ou magreza, eutrofia, sobrepeso e obesidade utilizou-se, para adultos e idosos, a média de todos os valores de IMC obtidos ao longo do ano e, para as crianças e adolescentes, considerou-se as médias dos valores de escores-Z para o índice IMC/I.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram avaliados 76 indivíduos acolhidos nas quatro instituições participantes. Na ILPI, dentre os 30 participantes, a maioria era do sexo feminino (60,0%) e a idade variou entre 53 e 96 anos. No Abrigo Institucional, a idade das 14 crianças e adolescentes estava entre 3 e 14 anos, sendo 57,1% do sexo masculino. Na Residência Inclusiva, um indivíduo não permitiu a realização da antropometria. Assim, dentre os 9 avaliados, a maioria era do sexo masculino (55,5%), com idade variando entre 28 e 56 anos. Na Comunidade Terapêutica foram avaliadas 23 mulheres com idade entre 22 e 61 anos.

O resultado da antropometria demonstrou que, em todas as instituições, predominou o excesso de peso, chamando atenção para o percentual obtido entre idosos institucionalizados (Tabela 1).

Na Tabela 2 observa-se variação média dos parâmetros antropométricos entre a primeira e a última avaliação. É importante considerar que a atuação do projeto ao longo do ano no sentido de promover reeducação alimentar pode ter auxiliado na perda de peso desejável entre os indivíduos da Residência Inclusiva e ILPI.

Tabela 1 - Diagnóstico antropométrico obtido nas instituições participantes. Alegre, ES. 2023.

Diagnóstico/Instituição	Residência Inclusiva	Fazenda da Esperança	ILPI	Abrigo Institucional
Baixo peso/Magreza (%)	22,2	4,3	20,4	7,1
Eutrofia (%)	33,3	43,5	14,8	64,4
Sobrepeso e Obesidade (%)	44,5	52,2	64,8	28,5

ILPI = Instituição de Longa Permanência para Idosos.

Fonte: o autor.

Tabela 2 - Médias e desvios-padrão da variação do peso e Índice de Massa Corporal nas instituições participantes. Alegre, ES. 2023.

Parâmetros/ Instituição	Residência Inclusiva	Fazenda da Esperança	ILPI	Abrigo Institucional
Peso (kg)	-1,92±2,37	6,36±4,85	-0,5±5,1	0,76±1,81
IMC (kg/m ²)	-0,71±0,83	2,41±1,78	-1,36±5,6	-0,07±0,68

IMC= Índice de Massa Corporal; ILPI = Instituição de Longa Permanência para Idosos.

Fonte: o autor.

Na Fazenda da Esperança também foi avaliado o percentual de gordura corporal e o perímetro abdominal das mulheres, sendo observada variação positiva nesses parâmetros (6,92±7,49% e 3,86±4,73 cm, respectivamente). Além disso, 82,6% delas apresentaram percentual de gordura corporal acima do valor médio

de referência. Assim, fica claro que, durante o período de reabilitação, as mulheres apresentam aumento das medidas antropométricas, o que pode elevar o risco de surgimento de comorbidades associadas à obesidade, como hipertensão arterial e diabetes, além das implicações psicológicas (Koceva *et al.*, 2024). Porém, muitas vezes a elevação do peso é vista, por essas mulheres, de forma positiva e desejável, como um sinal de recuperação, uma vez que vieram de uma situação de carência nutricional devido à dependência química. Além disso, quando elas iniciam o período de abstinência, a ingestão de alimentos altamente palatáveis, como doces, contribui para a liberação de serotonina, proporcionando prazer e aliviando, momentaneamente, os sintomas associados à abstinência (Oliveira; Moraes; Maynard, 2023).

Na ILPI, embora tenha havido uma elevada prevalência de excesso de peso, 46,4% dos idosos perderam peso ao longo do ano. Além disso, houve declínio dos valores de IMC e prega cutânea tricótipal em 50% dos idosos. Por um lado, pode ser devido à atuação do projeto de extensão na promoção da alimentação saudável na instituição. Porém, é necessária atenção às perdas de peso involuntárias e indesejáveis, principalmente em idosos com declínio cognitivo, uma vez que estão associadas à maior morbimortalidade (Damo *et al.*, 2018). Além disso, os idosos institucionalizados são mais vulneráveis do ponto de vista social, psíquico, físico e funcional, o que, aliado à situação financeira precária destas instituições, eleva o risco de distúrbios nutricionais (Moser, Hemberger, Nakato; 2021).

A partir dos diagnósticos iniciais foram planejadas atividades de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) com foco em intervir na alimentação institucional e nos conceitos individuais a respeito de alimentação saudável. As atividades desenvolvidas foram: rodas de conversa; prática de *mindfulness*; jogo dos sentidos; oficinas culturais de pintura, leitura e teatro; cultivo de horta nas instituições; oficinas práticas de elaboração de preparações saudáveis; oficinas práticas de capacitação em boas práticas de fabricação de alimentos; adequação do estoque de alimentos e intervenções grupais com temáticas psicossociais. Ressalta-se que, quando necessário, foram realizadas abordagens individuais para a solução de problemas.

As ações de EAN foram amplamente aceitas pelo público-alvo e eficazes no cumprimento dos seus objetivos, principalmente quando voltadas ao adequado nível cognitivo do público-alvo. Por exemplo, a oficina de pintura direcionada, aplicada na ILPI, despertou o interesse e ânimo dos residentes para se expressarem por meio da arte. No abrigo e na residência inclusiva, os jogos dos sentidos e a oficina cultural estimularam bastante a participação. Já na Fazenda, as rodas de conversas foram mais proveitosas, por ser um momento oportuno para escuta e acolhimento vindo de pessoas de fora da instituição. Observou-se, ainda, que as instituições modificaram suas práticas segundo as orientações fornecidas, por exemplo, a Residência Inclusiva realizou reforma estrutural nas instalações da cozinha após o diagnóstico entregue pelo projeto.

CONCLUSÕES

O presente projeto identificou que, mesmo em grupos mais vulneráveis, como os indivíduos institucionalizados, o excesso de peso foi predominante. Além disso, foi possível identificar os fatores que podem

influenciar no ganho ou perda de peso em cada instituição. A partir disso, foi possível desenvolver uma série de intervenções com foco na promoção da saúde e garantia da Segurança Alimentar e Nutricional.

Esses resultados poderão subsidiar o planejamento de novas estratégias para serem executadas nas instituições de acolhimento. Todavia, faz-se necessária a continuação do acompanhamento tanto dos indivíduos, quanto das instituições, para correção dos agravos nutricionais e prevenção de novos casos de déficit ou excesso de peso e para a manutenção da alimentação institucional nos padrões de qualidade higiênico-sanitários e nutricionais. Além disso, é importante que as ações de educação alimentar e nutricional sejam implementadas nas instituições de forma sistemática e permanente, para maior eficácia.

FINANCIAMENTO

Os autores do trabalho agradecem à Fundação de Amparo à Pesquisa e Inovação do Espírito Santo (FAPES) pelo apoio financeiro a este trabalho no âmbito do Edital Universal de Extensão 12/2022, protocolo n°: 49655.775.19148.21072022.

AGRADECIMENTOS

Os autores agradecem à Secretaria de Assistência Social e Direitos Humanos da Prefeitura Municipal de Alegre pela parceria e anuência para a execução do projeto nas instituições de acolhimento; aos gestores das instituições pela receptividade e auxílio em todas as etapas; ao professor Samuel de Assis Silva, do curso de Engenharia Rural da UFES, e ao graduando Glauber de Carvalho Raimundo Quintino, pelas análises do solo e orientações para implementação das hortas nas instituições.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento e Assistência Social, Família e Combate à Fome. Serviços de Acolhimento. 2023a. Disponível em: <https://www.gov.br/mds/pt-br/acoes-e-programas/suas/servicos-e-programas/servicos-de-acolhimento> Acesso em: 11 dez. 2023.

BRASIL. Serviços e Informações do Brasil. Comunidades Terapêuticas. 2023b. Disponível em: [https://www.gov.br/pt-br/servicos/acessar-comunidades-terapeuticas#:~:text=Entende%2Dse%20por%20Comunidades%20Terap%C3%AAuticas,car%C3%A1ter%20exclusivamente%20volunt%C3%A1rio%20\(espont%C3%A2neo\)](https://www.gov.br/pt-br/servicos/acessar-comunidades-terapeuticas#:~:text=Entende%2Dse%20por%20Comunidades%20Terap%C3%AAuticas,car%C3%A1ter%20exclusivamente%20volunt%C3%A1rio%20(espont%C3%A2neo)) Acesso em: 20 fev. 2024.

CALCATERRA, Valeria; ROSSI, Virginia; MAGENES, Vittoria Carlotta; BALDASSARRE, Paola; GRAZI, Roberta; LOIODICE, Martina; FABIANO, Valentina; ZUCCOTTI, Gianvincenzo. Dietary habits, depression and obesity: an intricate relationship to explore in pediatric preventive strategies. *Frontiers in Pediatrics*, v. 8, n. 12, p. 1368283. 2024. DOI: <https://doi.org/10.3389/fped.2024.1368283>.

CHUMLEA, William Cameron; ROCHE, Alex Frances; STEINBAUGH, Maria L. Estimating stature from knee height for persons 60 to 90 years of age. *Journal of the American Geriatrics Society*, v. 33, n. 2, p. 116-20, 1985. DOI: <https://doi.org/10.1111/j.1532-5415.1985.tb02276.x>.

DAMO, Cássia Cassol; DORING, Marlene; ALVES, Ana Luisa Sant'Anna; PORTELLA, Marilene Rodrigues. Risk of malnutrition and associated factors in institutionalized elderly persons. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, v. 21, n. 6, p. 711–717, 2018. DOI: <https://doi.org/10.1590/1981-22562018021.180152>.

FELÍCIO, Laís Francielle Francisca; LEÃO, Luana Lemos; SOUZA, Erick Hudson Evangelista e; MACHADO, Frederico Sander Mansur; LAKS, Jerson; DESLANDES, Andrea Camaz; PAULA, Alfredo Maurício Batista de; MONTEIRO-JUNIOR, Renato Sobral. Cognitive abilities of institutionalized older persons with depressive symptoms. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, v. 71, n. 3, p. 233–240, 2022. DOI: <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000383>.

KOCEVA, Andrijana; HERMAN, Rok; JANEZ, Andrej; RAKUSA, Matej; JENSTERLE, Mojca. Diferenças relacionadas ao sexo e gênero na obesidade: de mecanismos fisiopatológicos a implicações clínicas. *Int J Mol Sci.*; v. 25, n. 13, p.7342, 2024. DOI: <https://doi.org/10.3390/ijms25137342>.

LIPSCHITZ, David A. Screening for nutritional status in the elderly. *Primary Care*, v. 21, n. 1, p. 55-67, 1994. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/8197257/> Acesso em: 15 abr. 2024.

LOHMAN, Timothy G. Advances in body composition assessment. Monograph Number 3. Champaign: Human Kinetics Publishers, 1992. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/kBCHfpKgThqLgGvRVKph4rg/> Acesso em: 28 out. 2023.

MOSER, Auristela Duarte; HEMBECKER, Paula Karina; NAKATO, Adriane Muller. Relação entre capacidade funcional, estado nutricional e variáveis sociodemográficas de idosos institucionalizados. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, v. 24, n. 5, p. e210211, 2021. DOI: <https://doi.org/10.1590/1981-22562021024.210211.pt>.

OLIVEIRA, Keitte Ribeiro; MORAES, Nathane Sarkis Portes; MAYNARD, Dayanne da Costa. Uma análise sobre o estado nutricional e comportamental de dependentes químicos. *Research, Society and Development*, v. 12, n. 6, e17112642186, 2023. DOI: <https://dx.doi.org/10.33448/rsd-v12i6.42186>.

ONIS, Mercedes de; ONYANGO, Adelheid W.; BORGHI, Elaine; SIYAM, Amani; NISHIDA, Chizuru; SIEKMANN, Jonathan. Development of a WHO growth reference for school-aged children and adolescents. *Bull World Health Organ*, v. 85, n. 9, p. 660-7, 2007. DOI: <https://doi.org/10.2471/blt.07.043497>.

WORLD HEALTH ORGANIZATION - WHO. Obesity: Preventing and Managing the Global Epidemic. Report of a WHO consultation. World Health Organ Tech Rep Ser., n.894, p.1-253, 2000. Disponível em: <https://iris.who.int/handle/10665/42330> Acesso em: 05 jan 2023

WORLD HEALTH ORGANIZATION - WHO. Waist circumference and waist-hip ratio: report of a WHO Expert Consultation. Geneva, 2008. Disponível em: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/44583/9789241501491_eng.pdf?sequence=1. Acesso em: 17 nov. 2023.

WORLD HEALTH ORGANIZATION - WHO. WHO child growth standards: length/height-for-age, weight-for-age, weight-for-length, weight-for height and body mass index-for-age: methods and development. Geneva, 2006. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/924154693X>. Acesso em: 23 jul. 2024.

Submetido em: 29/04/2024 Aceito em: 13/08/2024