



II Simpósio de Pesquisa do Ecosistema Ânima:
Juntos pelo Conhecimento: um novo saber cria um novo amanhã

**VITAMINA D E A CAPACIDADE FUNCIONAL DE IDOSOS RESIDENTES DE
INSTITUIÇÕES DE LONGA PERMANÊNCIA PARA IDOSOS - UMA REVISÃO DA
LITERATURA**

Adrieli Cian dos Santos - Universidade do Sul de Santa Catarina; adrieli_cian@hotmail.com;
Luana Marçal Galo - Universidade do Sul de Santa Catarina; lulugalo@outlook.com;
Msc: Aline de Faveri (orientadora).

RESUMO: Introdução: O processo de envelhecimento promove modificações fisiológicas que podem prejudicar o estado nutricional e a eficiente absorção de nutrientes. **Objetivo:** Revisar a literatura acerca da prevalência da deficiência de Vitamina D em idosos institucionalizados e sua relação com a capacidade funcional. **Métodos:** Tratou-se de uma pesquisa de revisão bibliográfica, de caráter qualitativo. Os artigos foram selecionados conforme fatores e desfechos estudados, sendo definidos como critérios de inclusão artigos disponíveis integralmente, em português, inglês e espanhol, publicados nos últimos 10 anos (entre os anos de 2013 e 2023). **Resultados e discussões:** Os estudos demonstraram dados preocupantes acerca do consumo de vitamina D em idosos institucionalizados de ambos os sexos, em diferentes regiões do Brasil. Cerca de 43,8% dos idosos acompanhados ambulatorialmente apresentavam hipovitaminose D, e este percentual chegou a 71,2% entre idosos institucionalizados. Fatores como latitude, estação do ano, expressões de genes relacionados ao seu metabolismo, também podem interferir na deficiência de vitamina D, mas principalmente os hábitos de vida são considerados importantes determinantes do status de vitamina D. Sugere-se que a vitamina D seja incluída em exames de rotina de idosos, para detecção precoce da deficiência e sua suplementação sempre que necessário.

Introdução:

A vitamina D é uma vitamina lipossolúvel que vem ganhando destaque nas pesquisas científicas, sua deficiência tornou-se bastante comum em indivíduos saudáveis de todas as faixas etárias, sendo ainda mais prevalente em certos grupos de risco, como pessoas idosas, doentes institucionalizados e/ou internados (CRUZ; FIGUEIREDO, 2020).

Nesta faixa etária as doenças sistêmicas se tornam críticas, e entre elas, a osteoporose que danifica/diminui o tecido ósseo, favorecendo a fragilidade e vulnerabilidade para quedas e fraturas, o que pode originar a incapacidade de realizar atividades do cotidiano, tendo resultado negativo na saúde física e mental do paciente (SOUZA, 2013).



Segundo Dantas et al., (2022) a deficiência de calcitriol pode favorecer ainda o desenvolvimento de doenças cardiovasculares, sendo a avaliação nutricional dessa vitamina relevante, principalmente para pacientes de risco.

Desta forma, estudos nesta temática são necessários para identificação da carência de vitamina D, e conhecer sua relação com a capacidade funcional de idoso, para que medidas preventivas possam auxiliar na promoção da qualidade de vida e autonomia desta população.

Palavras-chave: Vitamina D; Instituição de Longa Permanência para Idosos;

Métodos:

Tratou-se de uma pesquisa de revisão bibliográfica, de caráter qualitativo, que teve como objetivo revisar a literatura científica sobre a vitamina D e sua relação com a capacidade funcional de idosos institucionalizados em Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPI). A coleta de dados ocorreu nos períodos de julho de 2022 a abril de 2023, por meio das seguintes bases de dados: Google Acadêmico, Pubmed e Scientific Electronic Library Online (Scielo). Para a busca dos estudos científicos publicados nos últimos 10 anos, foram utilizados os descritores cadastrados no DeCS (Descritores em Ciências da Saúde): Vitamina D, ILPI, Deficiência de Vitaminas e Hipovitaminose D.

Resultados e Discussões:

O envelhecimento parece ser um fator de risco para diminuição das concentrações de vitamina D, uma vez que alterações atróficas da pele reduzem a capacidade de síntese da pró-vitamina D, além da diminuição da função renal relacionada com a idade, a baixa exposição ao sol, alimentação pouco variada com menor conteúdo da vitamina, menor absorção gastrointestinal e uso crônico de medicamentos, são condições que podem interferir na adequação da vitamina D (OLIVEIRA; VERÍSSIMO, 2015).

No que tange aos idosos institucionalizados, este grupo é ainda mais suscetíveis a esta deficiência, pois a permanência prolongada em lugares fechados, o isolamento social, uso filtro solar, tipo de vestimenta, uso de medicamentos e ingestão alimentar reduzida podem contribuir negativamente com a deficiência de vitamina D (GALDINO, 2017; SOUSA, 2018).



Matsuo (2018) observou associação da concentração sérica de vitamina D com a cognição de idosos, níveis reduzidos de vitamina estavam associados ao pior desempenho cognitivo na população idosa, especialmente na população feminina.

A Sociedade Brasileira de Endocrinologia recomenda para a população idosa, por tratarem-se de um grupo de risco para hipovitaminose D, concentração sanguínea de 25-hidroxivitamina D entre 30 e 60ng/mL (SOUSA, 2018).

Considerando que a alimentação é uma ferramenta para promoção, manutenção e recuperação da saúde em todas as fases da vida, em especial a partir da sexta década de vida (SOUZA NOVAES, 2013), sugere-se a realização de novos estudos que demonstrem essa relação e como prevenir a deficiência de vitamina D.

Conclusões:

De acordo com os resultados, se faz necessário mais estudos sobre a deficiência de vitamina D e como ela afeta diretamente a saúde e qualidade de vida dos pacientes longevos. A população idosa é um grupo de risco para hipovitaminose D, em especial idosos institucionalizados. É fundamental a garantia de níveis adequados dessa vitamina, uma vez que está relacionada à melhora da saúde e prevenção de doenças.

Referências:

CARLOS, J. V. et al. Porcionamento dos principais alimentos e preparações consumidos por adultos e idosos residentes no município de São Paulo. Revista de Nutrição, Campinas, v. 21, n.4, 2008.

CRUZ, V. M. Dos. S.; FIGUEIREDO, E. F. G. A importância da vitamina D para saúde dos idosos. Revista Brazilian Journal of health Review., v. 3, n. 6, p.18476- 18487, 2020.

DANTAS, M. L. V., et al, Vitamina D: Importância e implicações da deficiência na saúde da população idosa, Rev.Multi.Sert., v.04, n.2, p.123-132, Abr-Jun, 2022.

GALDINO, N. M. De. B. V., et al. Avaliação antropométrica e dietética de idosas em três instituições de longa permanência de Recife-Pernambuco. Braz. J. of Develop., Curitiba, v.6, n.12,p.98038-98051 dec. 2020.

MATSUO, L. M. Associação entre níveis séricos de vitamina D e déficit cognitivo em idosos de Florianópolis/SC: estudo EpiFloripa. Dissertação (mestrado) - Universidade Federal de Santa Catarina, Centro de Ciências da Saúde, Programa de Pós-Graduação em Nutrição, Florianópolis, 2018.

NOVAES et al. Perfil nutricional de idosos residentes em instituição de longa permanência situada no município de Guarulhos análise da dieta oferecida. Revista Multidisciplinar da Saúde, Ano V, Nº 09, p 37-48, 2013.

OLIVEIRA, D. F. M. de.; VERÍSSIMO, M. T. A vitamina D nos idosos. Dissertação (Doutorado) - Faculdade de Medicina da Universidade de Coimbra, 2015.

SOUSA, S. E. S. de. Status de vitamina D e fatores associados em idosos em idosos institucionalizados do Natal/RN. Dissertação (Mestrado) - Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Centro de Ciências da Saúde, Programa de Pós-Graduação em Nutrição. Natal, RN, 2018.

SOUZA, C. G. de; A importância da vitamina D na prevenção de quedas em idosos: artigo de revisão, Porto Alegre, 2013.

Fomento: Pró-Ciência – 2023/1 – Ecossistema Ânima.