



EXPERIÊNCIAS DOCENTES E DISCENTES

Intervenção nutricional e cuidados com o sobrepeso na população idosa de Picos, Piauí: aprendizados de uma experiência educativa

Nutritional intervention and care for overweight in the elderly population of Picos, Piauí: lessons learned from an educational experience

Intervención nutricional y atención al sobrepeso en población anciana de Picos, Piauí: lecciones aprendidas de una experiencia educativa

 Cássio Bruno da Silva Moura*
 Amanda Costa Santos**
 Glenda Carvalho Silva***
 Jefferson Portela Rodrigues Bezerra****
 Maria Gabryelle Ferreira*****
 Jeferson Paulo Gomes Pereira*****

RESUMO

Introdução: O Brasil passa por transições nutricionais significativas nas últimas décadas, como a redução do número de casos de desnutrição e o aumento acelerado de pessoas com obesidade. Como consequência, observa-se o aumento da incidência de casos de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) e o aumento da obesidade, que frequentemente acomete pessoas de idade mais elevada.

Objetivo: Relatar a experiência de intervenção nutricional e de cuidados com o sobrepeso realizada em idosos vinculados à Atenção Primária à Saúde (APS).

Relato da experiência: Experiência educacional de intervenção nutricional, realizada no mês de janeiro de 2024, em uma Unidade Básica de Saúde (UBS) na cidade de Picos, Piauí. Foram incluídos na ação educativa todos os idosos moradores no território da UBS. A ação foi desenvolvida por discentes e docente do curso de Nutrição da Universidade Federal do Piauí. Ocorreu em três etapas. Na etapa inicial houve a apresentação do projeto para a equipe da UBS. Em um segundo momento aconteceu a aprovação dos materiais educativos a serem utilizados

*Universidade Federal do Piauí (UFPI), Picos, Brasil. E-mail: cassiomouradb@ufpi.edu.br.

**Universidade Federal do Piauí (UFPI), Picos, Brasil. E-mail: amandacosta07@ufpi.edu.br.

***Universidade Federal do Piauí (UFPI), Picos, Brasil. E-mail: glendacrvlh@ufpi.edu.br.

****Universidade Federal do Piauí (UFPI), Picos, Brasil. E-mail: jeffersonpoetela1992@ufpi.edu.br.

*****Universidade Federal do Piauí (UFPI), Picos, Brasil. E-mail: gabryelle.ferreira@ufpi.edu.br.

*****Universidade Federal do Piauí (UFPI), Picos, Brasil. E-mail: Jefersonpaulogp@gmail.com.

Autor para correspondência: Cássio Bruno da Silva Moura. E-mail: cassiomouradb@ufpi.edu.br.

(jogo e folder informativo) e, por fim, foi realizada a intervenção nutricional. Participaram da ação 14 idosos. Por meio do diálogo expositivo em roda de conversa foram priorizadas informações e orientações sobre a melhoria de hábitos alimentares cotidianos, enfatizando a necessidade de cuidados individuais, nutricionais e de aspectos emocionais, sociais e econômicos. A linguagem acessível/sem termos técnicos favoreceu a receptividade, o interesse e a compreensão dos idosos durante a intervenção. **Conclusão:** A roda de conversa mediada por linguagem acessível, assim como os materiais educativos produzidos, mostraram-se facilitadores da ação educativa neste grupo específico. Abordagens e ferramentas educacionais interativas devem ser avaliadas pelos educadores no planejamento das ações educativas, considerando o perfil dos participantes. Reitera-se a necessidade de formação dos profissionais mediadores de ações educativas na APS, por meio da educação permanente.

Palavras-chave: Idosos. Intervenção Nutricional. Alimentação Saudável. Obesidade.

ABSTRACT

Introduction: Brazil has undergone significant nutritional transitions in recent decades, such as a reduction in the number of cases of malnutrition and a rapid increase in the number of obese people. As a consequence, there has been an increase in the incidence of cases of chronic non-communicable diseases (NCDs) and an increase in obesity, which frequently affects older people. **Objective:** To report the experience of nutritional intervention and overweight care carried out in elderly people linked to Primary Health Care (PHC). **Experience report:** Educational experience of nutritional intervention, carried out in January 2024, at a Basic Health Unit (UBS) in the city of Picos, Piauí. All elderly people living in the UBS territory were included in the educational action. The action was developed by students and a professor of the Nutrition course at the Federal University of Piauí. It occurred in three stages. In the initial stage, the project was presented to the UBS team. The educational materials to be used (game and informational folder) were then approved and, finally, the nutritional intervention was carried out. Fourteen elderly people participated in the intervention. Through expository dialogue in a conversation circle, information and guidance on improving daily eating habits were prioritized, emphasizing the need for individual care, nutrition, and emotional, social, and economic aspects. The accessible language/without technical terms favored the receptiveness, interest, and understanding of the elderly during the intervention. **Conclusion:** The conversation circle mediated by accessible language, as well as the educational materials produced, proved to be facilitators of the educational action in this specific group. Interactive educational approaches and tools should be evaluated by educators when planning educational actions, considering the profile of the participants. The need for training of professionals who mediate educational actions in PHC, through continuing education, is reiterated.

Keywords: Elderly. Nutritional Intervention. Healthy Eating. Obesity.

RESUMEN

Introducción: Brasil ha pasado por importantes transiciones nutricionales en las últimas décadas, como la reducción del número de casos de desnutrición y el aumento acelerado de personas con obesidad. Como consecuencia, hay un aumento en la incidencia de casos de enfermedades crónicas no transmisibles (ENT) y un aumento de la obesidad, que a menudo afecta a las personas mayores. **Objetivo:** Informar la experiencia de intervención nutricional y atención al sobrepeso realizada en personas mayores vinculadas a la Atención Primaria de Salud (APS). **Informe de experiencia:** Experiencia educativa de intervención nutricional, realizada en enero de 2024, en una Unidad Básica de Salud (UBS) en la ciudad de Picos, Piauí. Todos los ancianos residentes en el territorio de la UBS fueron incluidos en la acción educativa. La acción fue desarrollada por estudiantes y profesores de la carrera de Nutrición de la Universidad Federal de Piauí. Ocurrió en tres etapas. En una etapa inicial, el proyecto fue presentado al equipo de la UBS. En segundo lugar se aprobaron los materiales educativos a utilizar (juego

y carpeta informativa) y, finalmente, se realizó la intervención nutricional. En la acción participaron 14 personas mayores. A través del diálogo expositivo en círculo de conversación, se priorizó información y orientación para mejorar los hábitos alimentarios diarios, enfatizando la necesidad del cuidado individual, nutricional y los aspectos emocionales, sociales y económicos. El lenguaje accesible/sin tecnicismos favoreció la receptividad, interés y comprensión de los ancianos durante la intervención. **Conclusión:** El círculo de conversación mediado por el lenguaje accesible, así como los materiales educativos producidos, demostraron facilitar la acción educativa en este grupo específico. Los enfoques y herramientas educativas interactivas deben ser evaluados por los educadores al planificar acciones educativas, considerando el perfil de los participantes. Se reitera la necesidad de formación de profesionales que medien acciones educativas en APS, a través de la educación continua.

Palabras clave: Adulto Mayor. Intervención Nutricional. Alimentación Saludable. Obesidad.

INTRODUÇÃO

O Brasil vem passando por transições nutricionais nas últimas décadas. Entre tais mudanças, pode-se citar a incidência de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) e o aumento do sobrepeso, que frequentemente acometem pessoas de idades mais avançadas. Faz-se necessário, portanto, adotar novas metodologias e estratégias de combate ao sobrepeso nessa faixa etária da população, com o intuito de melhorar sua qualidade de vida (Souza *et al.*, 2018; Freitas *et al.*, 2022).

O número pessoas idosas tem aumentado consideravelmente. Especialistas apontam que essa população pode chegar a 1 bilhão de pessoas até o ano de 2025 em todo o mundo. No Brasil, essa porcentagem corresponde a 10% da população atual, cerca de 20 milhões de brasileiros (Souza *et al.*, 2018; Antequera *et al.*, 2021).

Embora a redução da prevalência de desnutrição em idosos brasileiros já seja observada, o número de idosos com sobrepeso tem aumentado de forma ininterrupta, contribuindo para o surgimento de DCNT e obesidade (Pereira; Spyrides; Andrade, 2016). O sedentarismo é um dos fatores que mais contribui para o aumento da prevalência da obesidade e sobrepeso em pessoas idosas no Brasil. Outros fatores determinantes são o alto teor de gorduras ingeridas diariamente, consumo de industrializados e o baixo consumo de frutas, verduras e legumes (Almendra; Leandro-Merhi; Aquino, 2022).

A obesidade é adquirida ao longo dos ciclos de vida e quase sempre está relacionada diretamente aos hábitos alimentares inadequados e à baixa frequência de atividade física/exercícios físicos no cotidiano de vida da população (Endalifer; Diress, 2020; Murray *et al.*, 2020). Contudo, há fatores que dificultam essa adesão à atividade física nessa faixa etária, como, por exemplo, dores articulares ou musculares, patologias ou lesão específica, falta de força e limitações de movimentos, falta de um local apropriado para a prática de exercícios e a distância desses locais e seu domicílio residente (Socoloski *et al.*, 2021).

A preocupação com os idosos foi aumentando ao longo do tempo e o planejamento de ações de intervenção na Atenção Primária à Saúde (APS) tem se tornado uma prática de cuidado em saúde. O conjunto de mudanças fisiológicas que ocorrem nessa fase da vida põe em risco a autonomia dos idosos (Pereira; Sampaio, 2019; Souza *et al.*, 2018). Neste contexto, a inclusão e/ou o fortalecimento de hábitos de vida considerados saudáveis são exigidos, destacando-se a importância das políticas públicas de saúde para diminuir a prevalência do excesso de peso na população idosa (Silva *et al.*, 2023).

O objetivo deste artigo foi relatar a experiência de intervenção nutricional e de cuidados com o sobrepeso realizados em idosos vinculados à APS da cidade de Picos, Piauí, Brasil.

RELATO DA EXPERIÊNCIA

Experiência educacional de intervenção nutricional realizada no mês de janeiro de 2024, em uma Unidade Básica de Saúde (UBS) localizada na zona urbana da cidade de Picos. Foram incluídos na ação educativa todos os idosos moradores no território da UBS, não havendo critérios específicos de idade ou gênero. A ação foi desenvolvida por discentes e docente do curso de Nutrição da Universidade Federal do Piauí.

A intervenção ocorreu em três etapas. Na etapa inicial, houve a apresentação do projeto para a equipe da UBS. Em um segundo momento, aconteceu a aprovação dos materiais a serem utilizados e, por fim, foi realizada a intervenção nutricional.

A apresentação do projeto à equipe foi on-line, sendo explicada a temática a ser trabalhada e os principais objetivos e conteúdos a serem abordados na ação.

Previamente à intervenção, a análise do diagnóstico situacional do público-alvo da ação educativa foi estabelecida por meio da coleta de dados na plataforma do Ministério da Saúde – Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN Web), que consolida os dados referentes às ações de Vigilância Alimentar e Nutricional, desde o registro de dados antropométricos e de marcadores de consumo alimentar até a geração de relatórios (Brasil, 2024). Após a análise dos dados foi identificado que o número de idosos com obesidade atendidos na UBS da ação educativa era maior quando comparados a outros bairros de Picos.

Na segunda etapa, ocorreu a aprovação dos materiais educativos a serem utilizados na intervenção pela equipe da UBS. Após a aprovação dos materiais, foi realizada a intervenção nutricional em um encontro, com a participação de 14 idosos. A temática abordada foi o sobrepeso no idoso e suas possíveis implicações na saúde. Foram trazidas informações sobre escolhas alimentares saudáveis, porções adequadas, hábitos alimentares equilibrados e riscos adicionais relacionados à saúde, como diabetes, hipertensão e dislipidemias.

O método de diálogo expositivo em roda de conversa foi utilizado na dinâmica educativa, aliado à confecção/apresentação de jogo interativo – *Quiz* de perguntas e respostas com placas de verdadeiro ou falso – e um folder informativo, com o intuito de facilitar a compreensão e a interação dos idosos participantes.

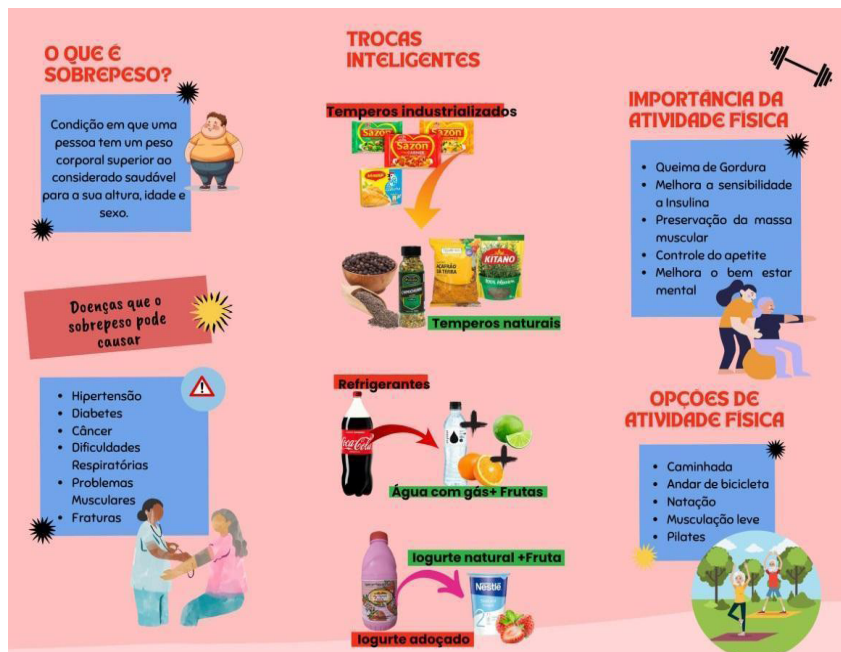
O folder trazia um resumo das principais informações apresentadas no encontro e uma receita de brigadeiro de Banana com Cacao. Assim, caso o idoso apresentasse dúvida posterior à intervenção, poderia recorrer a este material. O brigadeiro foi experimentado pelos idosos durante a intervenção, sendo verificado, previamente, se os idosos presentes apresentavam alergia aos componentes da preparação (Figura 1 e 2).

Figura 1 – Vista anterior do folder informativo.



Fonte: Elaborado pelos autores, 2024.

Figura 2 – Vista posterior do folder informativo.



Fonte: Elaborado pelos autores, 2024.

O folder foi utilizado como material de apoio e serviu para demonstrar a importância das boas escolhas alimentares e os efeitos que os hábitos alimentares podem causar na vida dessa população, assim como a importância da prática de exercícios físicos regulares. Cada tópico

foi explicado de forma simples (linguagem acessível e sem termos técnicos) para os idosos compreenderem as informações.

Na intervenção, foram priorizadas informações e dicas sobre a melhoria dos hábitos cotidianos alimentares, além de orientações pertinentes a respeito do tema abordado. Os idosos demonstraram receptividade a respeito das informações repassadas e interesse nas orientações fornecidas durante a ação educativa, enquanto esperavam pelo atendimento médico na recepção da UBS. Tal receptividade positiva por parte dos idosos pode ser considerada como um indicador positivo da ação educativa realizada, sugerindo uma possível abertura para mudanças de hábitos alimentares pelos idosos.

Ao final da intervenção, os mediadores agradeceram pela participação de todos os presentes, inclusive da equipe da UBS, pela oportunidade e pelo espaço cedido para a realização da ação educativa.

DISCUSSÃO

A implementação da ação educativa realizada foi construída após análise de um diagnóstico situacional que revelou o número elevado de idosos com sobrepeso registrado nas UBS da cidade de Picos, Piauí. Na ação foram utilizadas ferramentas educativas como a roda de conversa, dinâmicas de grupo, o jogo e folder educativo. Durante as ações foi possível identificar dificuldades enfrentadas pelos idosos em relação a não adesão de boas práticas alimentares por limitações rotineiras como pouca mobilidade, falta de tempo e preferências por alimentos ultraprocessados, resultando, assim, em ganho de peso excessivo.

Uma alimentação saudável visa realizar substituições benéficas de rotinas alimentares. Alimentação saudável, neste artigo, é compreendida como uma dieta balanceada em proporções adequadas, de modo a fornecer vitaminas, minerais e fibras, e prioritariamente caracterizadas pelo consumo de alimentos minimamente processados (Andreoli; Follador, 2016). Nesse contexto, foram disponibilizadas informações sobre “substituições inteligentes”, começando pela substituição de produtos industrializados, que são abundantes em excesso de sal, açúcares e gorduras hidrogenadas, por alimentos naturais que proporcionam maior sabor e qualidade de vida. Além disso, considerando a sensibilidade do paladar dos idosos para o doce, foi desenvolvido um brigadeiro de banana, este, ao contrário dos tradicionais vendidos em doceira, destaca-se por sua composição mais nutritiva e saudável.

Foi observado, durante o desenvolvimento da intervenção, que a atividade física praticada e relatada pelos participantes estava ligada a uma série de benefícios, seja corporal ou cognitivo. Essa informação é corroborada por estudo de Santos *et al.* (2024), que destacam em seu estudo a contribuição da atividade física para a queima de gordura, a preservação da massa muscular, e a melhoria do bem-estar mental. Dessa forma, a prática regular de exercícios físicos em idosos desempenha um papel fundamental na promoção de uma composição corporal saudável, com destaque na redução de gordura corporal. Hábitos alimentares saudáveis associados à prática regular de exercícios físicos na população idosa colaboraram para estratégias cognitivo-motoras visando à preservação da saúde mental e física. Essas recomendações poderão ser aplicadas tanto no âmbito do Sistema Único de Saúde quanto em ambientes domiciliares (Brasil, 2009).

Outro fator analisado foi a forte tendência de duas doenças crônicas associadas no grupo de idosos com sobrepeso presentes na ação, como hipertensão arterial (HAS) e diabetes (DM).

Esse resultado corrobora com o resultado encontrado no estudo de Oliveira e Ramalho (2022), que encontrou uma tendência de crescimento da obesidade na faixa etária acima de 80 anos de idade e quase sempre associada a outras DCNTs em especial HAS ou DM em capitais brasileiras e Distrito Federal (2006 a 2019).

Embora a qualidade de vida dos idosos seja um tema frequentemente mobilizado pelos profissionais da saúde, a relação da qualidade de vida com o excesso de peso precisa ser discutida pela equipe multiprofissional da APS. Rodrigues, Canella e Claro (2022) observaram o aumento das taxas de sobrepeso e obesidade ao analisar todas as capitais brasileiras entre os anos de 2006 e 2019. Tal aumento também foi observado por Silva *et al.* (2018), entre 2002 e 2008, levando-se em conta todo o contexto e cenário nacional.

Cabe enfatizar que essa intervenção nutricional tem como intuito geral uma melhor adesão do público idoso a hábitos alimentares mais saudáveis, visando a substituição de determinados alimentos e diminuindo a quantidade de açúcares, sal e gorduras na alimentação cotidiana, assim como o incentivo a prática de atividade física no público idoso. São estratégias que contribuem para impulsionar o desenvolvimento de ações eficazes de educação em saúde sobre o tema, especialmente no âmbito nutricional (Seabra *et al.*, 2019).

É importante destacar que embora o número de participantes presentes na intervenção educativa relatada tenha um número pequeno (n=14), a participação dos idosos merece destaque. A experiência tem potencial para contribuir para pesquisas futuras que envolvam a temática, buscando melhoria nas ações educacionais e nutricionais voltadas ao público idoso nos espaços da APS.

Destaca-se a utilização da Inteligência Artificial (IA) do *site* GPT na elaboração das adequações gramaticais e de linguística usadas em fragmentos do texto desse relato de experiência. A IA foi utilizada para aperfeiçoamento do conteúdo original elaborado pelos autores, não implicando em novas ideias e, sim, no aperfeiçoamento textual. Assegura-se que o conteúdo desde o manuscrito é um texto pensado, criado e originado especificamente pelos autores e as alterações moldadas pela IA não causou distorções do texto original.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A implementação de ações educativas que possam melhorar a alimentação de idosos é essencial na APS. Abordagens e ferramentas educacionais interativas devem ser avaliadas pelos educadores no planejamento das ações educativas, considerando o perfil dos participantes. A roda de conversa mediada por linguagem acessível, assim como os materiais educativos produzidos mostraram-se facilitadores. Também é importante considerar as individualidades, necessidades nutricionais e aspectos emocionais, sociais e econômicos dos participantes.

Reitera-se a necessidade de formação dos profissionais mediadores de ações educativas em serviços de saúde, por meio da educação permanente, além de uma investigação mais ampla e detalhada sobre o tema, a fim de contribuir tanto a produção de evidências sobre o tema, quanto com a qualificação de práticas resolutivas de cuidado à população idosa.

A experiência educativa relatada traz a limitação de não utilização de um método de avaliação da intervenção nutricional realizada, o que deve ser incluído desde o planejamento de ações futuras.

Referências

- ALMENDRA, A. A. R.; LEANDRO-MERHI, V. A.; AQUINO, J. L. B. de. Agreement between nutritional screening instruments in hospitalized older patients. *Arq. Gastroenterol.*, [s. l.], v. 59, n. 1, p. 145-149, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0004-2803.202200001-24>. Acesso em: 30 abr. 2024.
- ANDREOLI, R.; FOLLADOR, F. A. C. Alimentação saudável: prevenção de doenças e cuidados com a saúde. In: PARANÁ. Secretaria da Educação. **Cadernos PDE: os desafios da escola pública paranaense na perspectiva do professor PDE**. Artigos. [S. l.]: Governo do Estado do Paraná, p. 1-25, 2016. Disponível em: http://www.diaadiaeducacao.pr.gov.br/portals/cadernospede/pdebusca/producoes_pde/2016/2016_artigo_cien_unioeste_rejaneandreoli.pdf. Acesso em: 2 nov. 2024.
- ANTEQUERA, I. G. *et al.* Rastreamento de violência contra pessoas idosas: associação com estresse percebido e sintomas depressivos em idosos hospitalizados. **Escola Anna Nery (Online)**, Rio de Janeiro, v. 25, n. 2, e20200167, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2020-0167>. Acesso em: 2 fev. 2024.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Grupo Hospitalar Conceição. Promoção do envelhecimento saudável: vivendo bem até mais que 100. **Cartilha do profissional da saúde**. Porto Alegre: Ministério da Saúde, 2009. Disponível em: <https://escolaghc.ghc.com.br/demaispublicacoes/envelhecimentosaudavelcartilha2009.pdf>. Acesso em: 27 fev. 2024.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional. **Sobre o SISVAN**. Brasília: Ministério da Saúde, 2024. Disponível em: <https://sisaps.saude.gov.br/sisvan/#:~:text=Sistema%20de%20Vigil%C3%A2ncia%20Alimentar%20e%20Nutricional%20%2D%20SISVAN&text=O%20Sisvan%20Web%20tem%20por,Saiba%20Mais>. Acesso em: 2 nov. 2024.
- ENDALIFER, M. L.; DIRESS, G. Epidemiology, predisposing factors, biomarkers, and prevention mechanism of obesity: a systematic review. **Journal of Obesity**, [s. l.], v. 2020, p. 1-8, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1155/2020/6134362>. Acesso em: 7 abr. 2024.
- FREITAS, C. de A. *et al.* Tendência temporal de sobrepeso e obesidade entre idosos em Florianópolis, no período de 2006 a 2021. **Arquivos Catarinenses de Medicina**, Florianópolis, v. 51, n. 2, p. 114-125, 2022. Disponível em: <https://revista.acm.org.br/arquivos/article/view/1430>. Acesso em: 3 mar. 2024.
- MURRAY, C. J. L. *et al.* Global burden of 87 risk factors in 204 countries and territories, 1990-2019: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2019. **The Lancet**, [s. l.], v. 396, n. 10258, p. 1223-1249, 2020. Disponível em: [https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/piiS0140-6736\(20\)30752-2/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/piiS0140-6736(20)30752-2/fulltext). Acesso em: 1 out. 2024.
- OLIVEIRA, A. L.; RAMALHO, A. A. Tendência temporal do diabetes mellitus nas capitais brasileiras e Distrito Federal (2006 a 2019). **Conjecturas**, [s. l.], v. 2, n. 22, p. 30-45, 2022. Disponível em: <https://revista.acm.org.br/arquivos/article/view/1430/747>. Acesso em: 17 fev. 2024.
- PEREIRA, I. F. da S.; SPYRIDES, M. H. C.; ANDRADE, L. de M. B. Estado nutricional de idosos no Brasil: uma abordagem multinível. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 5, n. 32, p. 1-12, 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0102-311X00178814>. Acesso em: 4 mar. 2024.
- PEREIRA, R. L. M. R.; SAMPAIO, J. P. M. Estado nutricional e práticas alimentares de idosos do Piauí: dados do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional – SISVAN Web. **Rev. Eletrôn. Comun. Inf. Inov. Saúde**, [s. l.], v. 4, n. 13, p. 854-862, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.29397/reciis.v13i4.1660>. Acesso em: 2 abr. 2024.
- RODRIGUES, L. C.; CANELLA, D. S.; CLARO, R. M. Time trend of overweight and obesity prevalence among older people in Brazilian State Capitals and the Federal District from 2006 to 2019. **European Journal of Ageing**, [s. l.], v. 3, n. 19, p. 555-565, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1007/s10433-021-00659-x>. Acesso em: 11 abr. 2024.
- SEABRA, C. A. M. *et al.* Health education as a strategy for the promotion of the health of the elderly: an integrative review. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, Rio de Janeiro, v. 22, n. 4, e190022, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1981-22562019022.190022>. Acesso em: 21 fev. 2024.
- SANTOS, L. dos *et al.* Atividade física habitual e comportamento sedentário como preditores de dinapenia em idosos: um estudo transversal. **São Paulo Medical Journal**, São Paulo, v. 1, n. 142, e2023070, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1516-3180.2023.0070.R1.190523>. Acesso em: 1 fev. 2024.
- SILVA, A. G. *et al.* Tendências temporais de morbidades e fatores de risco e de proteção para doenças crônicas não transmissíveis em pessoas idosas residentes nas capitais. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, São Paulo, v. 26, e230009, 2023. Supl. 1. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1980-549720230009.supl.1>. Acesso em: 30 abr. 2024.
- SILVA, V. S. D. *et al.* Evolução e associação do IMC entre variáveis sociodemográficas e de condições de vida de idosos do Brasil: 2002/03-2008/09. **Ciências & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 3, n. 23, p. 891-901, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232018233.12532016>. Acesso em: 25 mar. 2024.
- SOCOLOSKI, T. S. *et al.* Barreiras para a prática de atividade física em idosos: revisão de escopo de estudos brasileiros. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde (online)**, Florianópolis, v. 26, e0208, 2021. Disponível em: <https://rbafs.org.br/RBAFS/article/view/14580>. Acesso em: 1 out. 2024.

SOUZA, Y. P. *et al.* A qualidade de vida de idosos com obesidade ou sobrepeso. **Revista Brasileira de Ciências da Saúde**, João Pessoa, v. 2, n. 22, p. 155-164, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.22478/ufpb.2317-6032.2018v22n2.35175>. Acesso em: 20 mar. 2024.

Agradecimentos

Os autores agradecem à Doutora Artemízia Francisca de Sousa pelos ensinamentos e incentivo à iniciação da escrita científica, e pelo apoio e colaboração na construção do artigo.

Fonte de financiamento

Financiamento próprio.

Contribuição dos autores

Cássio Bruno da Silva Moura - concepção e planejamento do estudo, elaboração do texto, coleta e análise dos dados, revisão do conteúdo, aprovação da versão final do manuscrito e responsabilidade pública pelo conteúdo do artigo.

Amanda Costa Santos - concepção e planejamento do estudo, elaboração do texto, coleta e análise dos dados, revisão do conteúdo, aprovação da versão final do manuscrito e responsabilidade pública pelo conteúdo do artigo.

Glenda Carvalho Silva - coleta e análise dos dados, revisão do conteúdo, aprovação da versão final do manuscrito e responsabilidade pública pelo conteúdo do artigo.

Jefferson Portela Rodrigues Bezerra - coleta e análise dos dados, revisão do conteúdo, aprovação da versão final do manuscrito e responsabilidade pública pelo conteúdo do artigo.

Maria Gabryelle Ferreira - revisão do conteúdo, aprovação da versão final e responsabilidade pública pelo conteúdo do artigo.

Jeferson Paulo Gomes Pereira - aprovação da versão final e responsabilidade pública pelo conteúdo do artigo.

Conflito de interesses

Os autores declaram que não há conflito de interesses.

Responsabilidade editorial

Ramona Fernanda Ceriotti Toassi, Mariangela Kraemer Lenz Ziede
Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS), Porto Alegre, Brasil

Recebido em: 28/09/2024

Aceito em: 06/11/2024

Publicado em: 11/11/2024