



ATENÇÃO NUTRICIONAL AO IDOSO NO ÂMBITO DA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE: UMA REVISÃO DE LITERATURA

GABRIELA DOS SANTOS REIS COSTA; RAÍSSA ADRIANE NASCIMENTO DE LIMA;
FERNANDA AYUMI YAMADA; ANA BEATRIZ DOS SANTOS DA SILVA; SHARA BARBOSA
GOULART DE SOUZA

Introdução: Os cuidados voltados aos idosos na Atenção Primária à Saúde visam à promoção do envelhecimento saudável, considerando as necessidades específicas dessa população. Com o envelhecimento, ocorrem diversas alterações fisiológicas que comprometem o estado nutricional, incluindo sarcopenia, redução da taxa metabólica basal, alterações na percepção do paladar, problemas dentários e diminuição da capacidade de mastigação, além disso, fatores socioeconômicos e psicológicos, como a solidão e a depressão também podem influenciar os hábitos alimentares, agravando a má nutrição. No contexto da Atenção Primária, é fundamental implementar estratégias como rodas de conversa, educação nutricional em salas de espera e intervenções proativas para identificar e abordar essas questões, garantindo um cuidado abrangente e eficaz para a população idosa. **Objetivo:** Sintetizar as principais alterações nutricionais observadas em indivíduos idosos e destacar a importância da Atenção Primária à Saúde na prevenção de agravos decorrentes do estado nutricional. **Materiais e Métodos:** Trata-se de uma revisão da literatura nas bases de dados PubMed e Scielo utilizando os descritores: “Atenção Primária à Saúde”, “Nutrição do Idoso”, “Desnutrição” e “Envelhecimento”. Foram incluídos sete artigos relacionados ao tema, excluindo-se aqueles que não versavam sobre a temática abordada ou que não tinham indivíduos idosos como população de interesse. **Resultados:** Estudos revelam que no envelhecimento ocorrem diversas alterações fisiológicas que leva a redução da ingestão de alimentos, elevando o risco de desnutrição e algumas doenças crônicas. A Atenção Primária à Saúde pode fortalecer e intervir na prevenção desses agravos por meio de triagem nutricional, educação alimentar, manejo de doenças crônicas, cuidados com mastigação e deglutição, orientações a familiares e cuidadores, além do monitoramento constante de fatores de risco. Outras iniciativas como rodas de conversa, grupos de apoio, oficinas culinárias, programas de atividade física adaptada realizados nas Unidades Básicas de Saúde auxiliam de forma integral, no bem-estar psicológico e social dos idosos. **Conclusão:** A revisão destaca a complexidade das alterações nutricionais no envelhecimento e a importância da Atenção Primária à Saúde na intervenção. Estratégias como triagem nutricional, educação e manejo de condições crônicas são essenciais para prevenir desnutrição, promovendo um envelhecimento saudável e melhorando a qualidade de vida do idoso.

Palavras-chave: Atenção básica, Envelhecimento saudável, Nutrição de idosos, Alterações fisiológicas, Intervenção nutricional.