



MANEJO NUTRICIONAL DA DIABETES MELLITUS TIPO 2 EM IDOSOS SARCOPENICOS

MARCIA HELENA NASCIMENTO MARQUES; ANA PAULA DA SILVA DUARTE

Introdução: A nutrição tem um papel norteador para o tratamento e a diminuição da progressão da condição de idosos sarcopenicos com a diabetes mellitus tipo 2. Com o avançar da idade ocorrem uma série de alterações hormonais e um aumento na fragilidade em relação a doenças crônicas, assim como diversos fatores incluindo alterações no consumo alimentar, o que influencia na piora da sarcopenia, síndrome essa que tem grande prevalência em pacientes com o diagnóstico de DM2, que tem como características alterações metabólicas dos principais macronutrientes, acarretando em descontrole da insulina causando perdas de proteínas musculares. A nutrição tem como função organizar esse descontrole e amenizar ou retardar os sintomas da sarcopenia para uma melhor qualidade de vida. **Objetivo:** o resumo tem como objetivo o entendimento de como a nutrição pode contribuir na melhora e no retardo do processo da sarcopenia na saúde do idoso diagnosticado também com DM2. **Materiais e Métodos:** Foi realizado um estudo de revisão bibliográfica, utilizando artigos a partir da base de dado: Pubmed, com estudos com a publicação no ano de 2022, somente no idioma inglês. Os descritores utilizados na pesquisa, foram: sarcopenia, diabetes mellitus tipo 2, alimentação, gerontologia e idoso. As publicações que não tinham relação com a proposta do tema foram descartadas. **Resultados:** Foram encontrados 3 artigos que foi de destaque os seguintes resultados: O IMC é mais baixo em indivíduos com a DM2 e a sarcopenia, que contribui para uma piora no quadro do paciente. Pode exigir controle glicêmico com administração de medicamentos hipoglicemiantes melhora o estado de risco nutricional do idoso e diminuição da sarcopenia em vez de um padrão alimentar restritivo. **Conclusão:** Conclui-se que a estratégia de perda de peso deve ser evitada para os idosos, devendo haver um consumo bem sucedido de proteínas fornecendo aminoácidos essenciais para a síntese de proteínas musculares. O ajuste da alimentação de forma balanceada atendendo as necessidades nutricionais desses pacientes para a prevenção e tratamento da sarcopenia relacionado com a diabetes mellitus tipo 2, sendo de grande relevância a atuação nutricional no desfecho clínico.

Palavras-chave: **SARCOPENIA; DIABETES MELLITUS TIPO 2; ALIMENTAÇÃO; GERONTOLOGIA; IDOSO**