

## VELOCIDADE DA CAMINHADA E ÍNDICE INFLAMATÓRIO DIETÉTICO: UM ESTUDO COM IDOSOS EM CUIDADOS AMBULATORIAIS

YOGI, Cintia Midori<sup>1</sup>
OLIVEIRA, Gabriela Benatti<sup>2</sup>
VIDIGAL, Fernanda de Carvalho<sup>3</sup>
BRITO, Tábatta Renata Pereira de<sup>4</sup>

## **RESUMO**

Introdução: A nutrição adequada e a ingestão de alimentos com propriedade antiinflamatória têm sido apontados como elementos fundamentais para preservar a função física e promover o envelhecimento saudável. No que diz respeito à função física, a medida da velocidade da caminhada representa um teste rápido, de baixo custo e reprodutível capaz de predizer o bom funcionamento dos múltiplos órgãos e sistemas, sendo que poucos estudos exploram a relação entre tal medida e aspectos nutricionais, especialmente relacionados ao Índice Inflamatório Dietético (IID). Objetivo: Analisar a associação entre velocidade da caminhada e Índice Inflamatório Dietético em idosos. Métodos: Trata-se de um estudo seccional realizado com 135 indivíduos de 60 anos ou mais, atendidos por um ambulatório geral de um município do Sul de Minas Gerais. O cálculo do tamanho da amostra foi feito no Programa OpenEpi versão 3.01 considerando uma prevalência de baixa velocidade da marcha de 15%, α=0,05 e β=0,8. A coleta de dados incluiu entrevista pessoal, antropometria e recordatório alimentar de 24h. O valor da velocidade marcha foi obtido pela divisão da distância de quatro metros pelo tempo em segundos que o idoso levou para fazer o percurso. Para o cálculo do índice inflamatório dietético foram consideradas as informações de três recordatórios alimentares (dois dias típicos e um atípico), utilizando-se o aplicativo IF RATING. A análise da associação foi feita por meio de regressão linear múltipla. Resultados: A velocidade média de caminhada dos idosos avaliados foi de 0,72m/s, sendo que 25,4% foram classificados como baixa velocidade da marcha (≤0,8m/s). A média do IID da amostra foi -489.01 (dp=309,3). O idoso que apresentou IID mais alto, caracterizando a dieta com maior teor anti-inflamatório obteve um índice de 306,52, enquanto o idoso com menor IID obteve um índice de -1856,13, o que caracteriza uma dieta fortemente inflamatória. Ressalta-se que 50% da amostra obtiveram IID igual ou menor a -463,61 e que que apenas três idosos obtiveram índices positivos. Não foi observada correlação estatisticamente significativa entre velocidade

<sup>&</sup>lt;sup>1</sup> Universidade Federal de Alfenas – UNIFAL-MG; midori cintia@hotmail.com

<sup>&</sup>lt;sup>2</sup> Universidade Federal de Alfenas – UNIFAL-MG; gabi.benatti.11@gmail.com

<sup>&</sup>lt;sup>3</sup> Universidade Federal de Alfenas – UNIFAL-MG; fcvidigal@gmail.com

<sup>&</sup>lt;sup>4</sup> Universidade Federal de Alfenas – UNIFAL-MG; tabatta.brito@unifal-mg.edu.br

da caminhada e IID (p=0,860). No modelo de regressão ajustado por idade, número de sintomas depressivos e escore do mini exame do estado mental, o índice inflamatório dietético não foi associado à velocidade da caminhada. Conclusão: Observou-se ausência de associação entre velocidade da caminhada e IID, o que pode ser explicado pelo fato de que 97,7% da amostra relatou IID pró-inflamatório, reforçando a importância de se orientar os idosos quanto à ingestão alimentar adequada.

Palavras-chave: Idoso; Índice Inflamatório Dietético; Síndrome da Fragilidade.