

## ESTADO NUTRICIONAL E PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA EM ADULTOS E IDOSOS COM DEFICIÊNCIA VISUAL

MARIANA CORREA FELIPE<sup>1</sup>; ANGÉLICA OZORIO LINHARES<sup>2</sup>; ELMA IZZE DA SILVA MAGALHÃES<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Universidade Federal de Pelotas – maricfelipe2@gmail.com

<sup>2</sup>Universidade Federal de Pelotas – angelicaozorio@gmail.com

<sup>3</sup>Universidade Federal de Pelotas – elma\_izze@hotmail.com

### 1. INTRODUÇÃO

A deficiência visual é caracterizada pela perda parcial ou total da capacidade visual, em ambos os olhos, levando o indivíduo a uma limitação em seu desempenho habitual (MUNSTER; ALMEIRA, 2008).

Estudos demonstram que pessoas com deficiência visual não possuem níveis de atividade física satisfatórios (RIMMER, *et al.*, 2004; HOLBROOK *et al.*, 2009), apresentam níveis de aptidão física precários e fortes tendências ao sedentarismo (GORGATTI; TEIXEIRA; VANÍCOLA, 2008; GREGUOL; ROSE JÚNIOR, 2009).

Nos últimos anos tem se observado que a prevalência de sobrepeso e obesidade vem aumentando nesta população (CAPELLA-MCDONNALL, 2007), favorecendo o aparecimento de complicações como diabetes, hipertensão arterial, dislipidemia e síndrome metabólica (BAUMAN; SPUNGEN, 2001).

Diante disso o objetivo do presente trabalho foi avaliar o estado nutricional e a prática de atividade física em adultos e idosos com deficiência visual assistidos por uma instituição para deficientes visuais do município de Pelotas, RS.

### 2. METODOLOGIA

Trata-se de um estudo transversal descritivo, com indivíduos adultos e idosos assistidos pelo Centro de Reabilitação Visual da Associação Escola Louis Braille, no município de Pelotas, RS.

A coleta de dados ocorreu em julho de 2017 em dias agendados na própria instituição por estagiários treinados do curso de nutrição. Foi aplicado um questionário para obtenção de informações sociodemográficas e quanto a prática de atividade física.

Foram também coletadas medidas antropométricas de peso e estatura para o cálculo do índice de massa corporal (IMC). Para mensuração do peso utilizou-se balança eletrônica digital, e para aferição da estatura foi utilizada uma fita métrica de extensão de 2 metros afixada na parede. A avaliação antropométrica foi realizada segundo as técnicas estabelecidas pelo Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional e preconizadas pelo Ministério da Saúde (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2011). A classificação do estado nutricional em adultos e idosos considerou os pontos de corte para índice de massa corporal propostos pela Organização Mundial de Saúde (WHO, 1995) e por Lipschitz (1994), respectivamente.

A análise dos dados foi realizada no software Stata 14.0, sendo as variáveis categóricas expressas em frequências absolutas e relativas e as quantitativas em medidas de tendência central e dispersão.

### 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram avaliados 34 indivíduos com deficiência visual, dos quais 61,8% eram do sexo feminino e 65% tinha idade igual ou superior a 60 anos, sendo a média de idade igual a 61,7 (desvio-padrão: 12,7) anos.

A prática de atividade física foi relatada por apenas 30% dos indivíduos avaliados. A baixa frequência de atividade em indivíduos com deficiência visual também tem sido relatada em outros estudos (RIMMER, *et al.*, 2004; HOLBROOK *et al.*, 2009). No entanto, deve-se considerar que os níveis de aptidão física entre os deficientes visuais têm-se apresentado mais baixos quando comparados às pessoas sem deficiência visual (GREGUOL; ROSE JÚNIOR, 2009) o que pode interferir na realização de atividades físicas. Além disso, é importante destacar que em se tratando de pessoas com deficiência, a falta de acessibilidade, de profissionais capacitados e o preconceito podem contribuir para este quadro de inatividade física (INTERDONATO; GREGUOL, 2011).

Em relação ao estado nutricional, observou-se uma prevalência elevada de sobrepeso (35,3%) e obesidade (50,0%) nos indivíduos avaliados. No tocante a esse aspecto, a deficiência visual pode gerar menor independência, menor capacidade para realização de atividades diárias e insatisfação com a vida (GOOD; LAGROW; ALPASS, 2008), os quais são fatores que podem favorecer o desenvolvimento do excesso de peso. Em um estudo realizado com deficientes visuais na cidade de Florianópolis - SC (SANTOS *et al.*, 2011), foram relatados diversos hábitos alimentares inadequados nos indivíduos avaliados, como: reduzido número de refeições diárias, baixo consumo de frutas, verduras e alimentos integrais e o frequente consumo de frituras, açúcar e sal de adição, o que levar ao ganho de peso e desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis.

Ressalta-se a importância de mais estudos com essa população, considerando que a literatura sobre o tema, especialmente no Brasil, ainda é escassa, bem como da implementação de ações de promoção da saúde para com foco no incentivo a uma alimentação saudável e prática de física visando a prevenção e controle do excesso de peso e comorbidades associadas.

### 4. CONCLUSÕES

A prevalência de excesso de peso e inatividade física entre os deficientes visuais avaliados é elevada e preocupante, tornando-se fundamental a implementação de ações de incentivo a alimentação saudável e prática de física com vistas a melhoria da qualidade de vida dessa população.

### 5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

MUNSTER, M. A.; ALMEIDA, J. J. G. Atividade Física e Deficiência Visual. In: GORGATTI, M. G.; COSTA, R. F. (Org.). **Atividade Física Adaptada e Qualidade de Vida para Pessoas com Necessidades Especiais**. 2ª ed. Barueri: Manole, 2008, cap.02, p.28-75.

RIMMER, J. H.; RILEY, B.; WANG, E.; RAUWORTH, A.; JURKOWSKI, J. Physical activity participation among persons with disabilities: Barriers and facilitators. **American Journal of Preventive Medicine**, v.26, p.419–425, 2004.

HOLBROOK, E. A.; CAPUTO, J. L.; PERRY, T. L.; FULLER, D. K.; MORGAN, D. W. Physical Activity, Body Composition, and Perceived Quality of Life of Adults with Visual Impairments. **Journal of Visual Impairment & Blindness**, v. 103, n.1, p.17-29, 2009.

GORGATTI, M. G.; TEIXEIRA, L.; VANÍCOLA, M. C. Deficiência Visual. In: TEIXEIRA, L. (Org). **Atividade Física Adaptada e Saúde - Da teoria à prática**. São Paulo: Phorte, 2008, cap.18. p. 399- 412.

GREGUOL, M.; ROSE JÚNIOR, D. Aptidão Física Relacionada à Saúde de Jovens Cegos em Escolas Regulares e Especiais. **Revista Brasileira de Crescimento e Desenvolvimento Humano**, v.19, n.1, p. 42-53, 2009.

CAPELLA-MCDONNALL, M. The Need for Health Promotion for Adults Who Are Visually Impaired. **Journal Visual Impairment Blindness**, v.101, n.3, p. 133-145, 2007.

BAUMAN, W. A.; SPUNGEN, A. M. Carbohydrate and lipid metabolism in chronic spinal cord injury. **Journal of Spinal Cord Medicine**, v. 24, p. 266-77, 2001.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Sistema de Vigilância alimentar e nutricional - Orientações para coleta e análise de dados antropométricos em serviços de saúde: norma técnica do sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional - SISVAN. Brasília: Ministério da Saúde, 2011.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Physical status: the use and interpretation of anthropometry**. Geneva, Switzerland: WHO, 1995. (WHO Technical Report Series, n. 854).

LIPSCHITZ, D. A. Screening for nutritional status in the elderly. **Primary Care**, v. 21, n. 1, p. 55-67, 1994.

INTERDONATO, G. C.; GREGUOL, M. Qualidade de vida e prática habitual de atividade física em adolescentes com deficiência. **Revista Brasileira de Crescimento e Desenvolvimento Humano**, v. 21, n. 2, p. 285-295. 2011.

GOOD, G. A.; LAGROW, S.; ALPASS, F. An Age-Cohort Study of Older Adults with and without Visual Impairments: Activity, Independence and Life Satisfaction. **Journal Visual Impairment Blindness**, v. 102, n.9, p.517-527, 2008.

SANTOS, H.; SCHULZ M.; ZUCCHI, N. D.; ABREU, T. C.; CALDART, S.; GONÇALVES, J. A.; MACHADO, B. B.; MÜLLER, J.; MACHADO, M. L.; SCAPIN, T.; SCHWEITZER, T.; VIEIRA, F. G. K. Deficientes visuais praticantes de goalball: avaliação do estado nutricional. **EFDeportes.com, Revista Digital**, v. 15, n. 154, 2011.