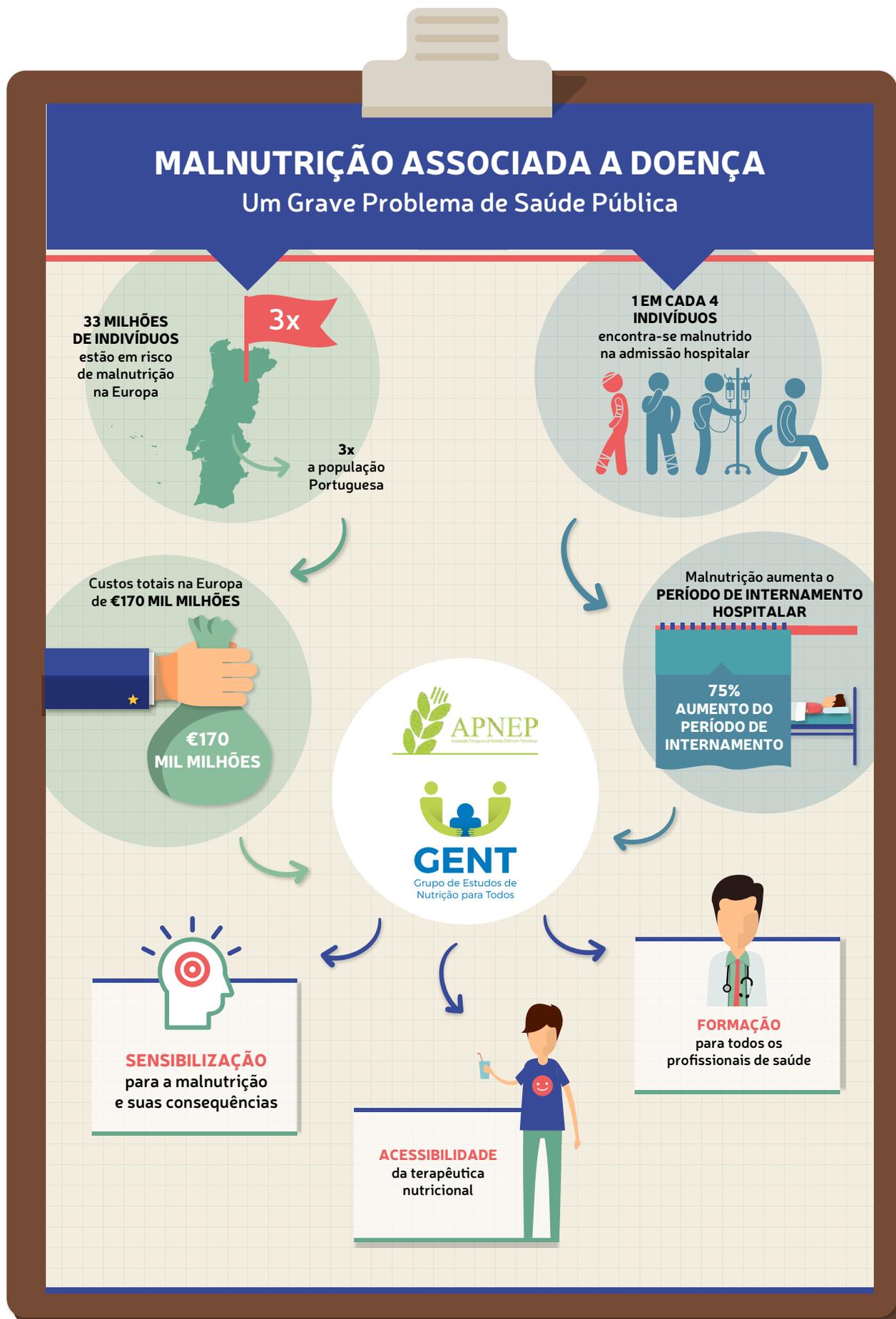


# GENT - Grupo de Estudos de Nutrição Para Todos



A malnutrição engloba alterações nutricionais como o excesso de peso, a obesidade e a subnutrição denominada de desnutrição. A desnutrição é um problema normalmente associado a países em desenvolvimento, no entanto está muito presente em todos os países ditos desenvolvidos, na Europa e nomeadamente em Portugal.

Estudos internacionais, como o EuroOOPS realizado em 12 países, maioritariamente europeus, demonstraram que 32% dos doentes na admissão hospitalar se encontravam em risco nutricional. Este estudo observou doentes em serviços de Cirurgia, Medicina Interna, Oncologia, Cuidados Intensivos, Geriatria e Gastroenterologia.

Em Portugal, segundo dados de 2015 do Nutrition-Day, 46% dos indivíduos hospitalizados encontravam-se em risco nutricional, apresentando perda de peso não intencional nos últimos três meses.

Também no nosso país, segundo os dados recentemente divulgados do PEN-3S, 43,5% dos idosos residentes em lares encontram-se desnutridos ou em risco nutricional.

Embora a desnutrição associada a doença seja muito frequente em campos tão variados como as doenças oncológicas, doentes críticos, pós-AVC, doenças neurológicas, demências, síndrome de fragilidade, doenças respiratórias, doenças gastrointestinais, entre outras condições clínicas, é raramente despistada.

Num recente inquérito a um grupo de peritos as principais causas subjacentes a esta realidade poderão ser:

1. Falta de formação académica insuficiente de alguns profissionais de saúde;
2. Desconhecimento das consequências da desnutrição com agravamento do prognóstico dos doentes, aumento das complicações relacionadas com a doença e/ou com os tratamentos, necessidade de tratamentos mais complexos e mais caros, aumento dos tempos de internamento hospitalar, aumento da despesa hospitalar;
3. Profissionais de saúde dedicados à nutrição em número insuficiente nas instituições de saúde;
4. Insuficiente personalização dos cuidados nutricionais.

## Impacto da Desnutrição

Esta realidade importa combater, pois a desnutrição tem consequências severas orgânicas tais como a diminuição da resposta inflamatória, dificuldade de cicatri-

zação, redução da força muscular e fadiga, inatividade, apatia e mesmo depressão que afetam negativamente os resultados terapêuticos sobre a doença de base. Muitas vezes, estamos a tentar intervir usando terapêuticas de última geração, diferenciadas e dispendiosas que os doentes não conseguem suportar, ou não beneficiam na sua totalidade pelo facto de estarem desnutridos.

Está bem documentado, em vários estudos, o impacto negativo da desnutrição em doentes hospitalizados quando comparados com doentes bem nutridos:

- Risco de complicações no internamento de 30,6% vs 11,3% (incluindo infeções);
- Risco aumentado em 25% no desenvolvimento de úlceras de pressão;
- Prolongamento do internamento hospitalar em cerca de 30%, au-

mento em 15% do número de readmissões hospitalares e aumento em 65% das consultas nos cuidados de saúde primários;

- Aumento da mortalidade global, sendo 12 vezes superior em indivíduos em risco de desnutrição.

Este impacto traduz-se obviamente num impacto financeiro importante para além do evidente problema clínico.

Em Portugal, o único estudo que analisou o impacto da desnutrição nos custos hospitalares indica uma prevalência do risco de desnutrição de 42%, um custo médio de internamento duas vezes superior aos custos dos indivíduos sem risco e um aumento de 20% nos custos hospitalares.

### **GENT: Objetivos**

Com a finalidade de aprofundar o estudo da realidade nacional da mal-

nutrição e do seu impacto clínico e socioeconómico foi criado em Portugal no seio da Associação portuguesa de Nutrição Entérica e Parentérica (APNEP) o GENT — Grupo de Estudos de Nutrição para Todos.

Os objetivos principais deste grupo passam por promover: a realização de estudos sobre a prevalência e outros dados de caracterização da malnutrição em Portugal; a disseminação e formação sobre metodologias que permitam avaliar o risco e estado nutricional dos doentes; a disseminação de resultados relevantes para o conhecimento da malnutrição em Portugal; e a implementação de normas de atuação na malnutrição, através dos trabalhos de campo, pesquisa documental e bibliográfica.

Atualmente, o grupo é constituído por médicos de várias especialidades onde a malnutrição constitui um problema mais frequente e grave, assim

como por nutricionistas e enfermeiros.

Fazem parte nesta fase inicial a Dra. Ana Lopes, internista (Hospital de Faro), o Dr. Aníbal Marinho, intensivista (Hospital de Santo António e presidente da APNEP), a Dra. Gabriela Sousa, oncologista (IPO de Coimbra), a Prof.<sup>a</sup> Henedina Antunes, pediatra (Hospital de Braga), o Prof. Jorge Fonseca, gastroenterologista (Hospital Garcia de Orta), o Prof. Lino Mendes, nutricionista (ESTeSL e Secretário Geral da APNEP), o Prof. Mamede Carvalho, neurologista (Hospital Santa Maria), o Prof. Manuel Teixeira Veríssimo, internista (Hospitais Universidade de Coimbra), Dra. Paula Alves, nutricionista (IPO Porto), o Dr. Nuno Carvalho, cirurgião, (Hospital Garcia de Orta), Prof. Paulo Alves, enfermeiro (Universidade Católica Porto).

### **Abordagem nutricional do idoso**

Os problemas nutricionais são frequentes nos idosos, quer devido ao envelhecimento em si, quer devido às doenças crónicas e problemas sociais que frequentemente estão presentes.

Os idosos apresentam essencialmente três tipos de problemas nutricionais: a obesidade, os défices isolados em micronutrientes e a desnutrição. A obesidade, embora deva ser prevenida nos idosos, já que continua a comportar malefícios, não é todavia a mais problemática, até porque é muito menos frequente do que na população mais jovem. O défice isolado em micronutrientes, não sendo um problema grave, tem importância porque aparece muitas vezes em idosos aparentemente bem nutridos, mas que devido a alimentação pouco variada desenvolvem carências num determinado mineral ou vitamina, favorecendo o aparecimento de diversos tipos de doença, como infeções, anemia e perturbações cognitivas, entre outras. A desnutrição é realmente o grande problema nutricional dos idosos estan-



do presente, de acordo com vários estudos, em cerca de um a 15% dos idosos vivendo no domicílio, 25 a 60% dos residentes em lar e 30 a 65% dos internados em hospitais. É favorecida por diversos factores associados ao envelhecimento como os sociais, económicos, físicos, psíquicos e funcionais e tem repercussões deveras importantes neste es-

calão etário, aumentando significativamente a sua morbidade e mortalidade. Por isso a avaliação do

estado nutricional deverá ser uma prática rotineira nos idosos, particularmente naqueles em que o risco é maior, como os institucionalizados e os mais fragilizados. O instrumento de rastreio mais adequado para este fim é o “Mini Nutritional Assessment” que tendo sido desenvolvido especificamente para idosos, permite dum modo simples e rápido classificar os idosos em bem nutridos, em risco de desnutrição e desnutridos.

A alimentação equilibrada nos seus constituintes (energia, proteínas, hidratos de carbono, lípidos, vitaminas, minerais, fibra e água), variada e adequada ao gosto de cada idoso é a pedra angular da prevenção dos problemas nutricionais dos idosos.

*Prof. Manuel Teixeira Veríssimo*



**PEN-3S**

Foram apresentados em 21 de fevereiro, no Edifício Egas Moniz da Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa os resultados parciais do estudo PEN-3S (Portuguese Elderly Nutritional Status Surveillance System).

A sessão de abertura decorreu na presença do diretor da Faculdade de Medicina Prof. Fausto Pinto, da representante da Embaixada da Noruega Conselheira Alida Endersen e da Dra. Aura Duarte, da Unidade de Desenvolvimento Social e Programas do Centro Distrital da Segurança Social de Setúbal.

O PEN-3S reuniu investigadores de várias áreas profissionais e de faculdades nacionais e estrangeiras, foi financiado pelo programa EEA Grants, que resulta do memorando de entendimento entre Portugal e os países financiadores, que são a Islândia, o Liechtenstein e a Noruega. No caso do PEN-3S, as verbas foram disponibilizadas pela Noruega.

O estudo, com a duração de 20 meses, cobriu todo o território nacional e inquiriu mais de 2300 idosos resi-



© Nuno Branco Just News 2017

dentados na comunidade e residentes em Lares.

O investigador principal João Gorjão Clara do Instituto de Medicina Preventiva e Saúde Ambiental da Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa (IMPSP-FMUL), esclareceu “este trabalho não se cingiu apenas ao estudo do estado nutricional da população idosa portuguesa, mas também ao da prevalência da so-

lidão e da depressão, à avaliação cognitiva e à capacidade para o exercício das atividades instrumentais de vida diária. Teve ainda como segundo objetivo testar vários indicadores que permitam perceber se o idoso está desnutrido ou em risco de o ficar e gerar um alerta que o encaminhe para uma consulta mais especializada”.

No que se refere à avaliação da desnutrição, concluiu-se que 4,8% dos

idosos a residirem em Lares estão desnutridos, enquanto que apenas 0,6 % dos idosos residentes em casa se encontravam na mesma situação clínica.

No caso de risco de desnutrição verificou-se que nos Lares esse risco era de 38,7% e em casa de 16,9%.

As taxas de depressão foram mais elevadas nos lares (47%) do que na comunidade (25%).

O sentimento de solidão foi de 91% nos residentes nos Lares e de 14% nos residentes na comunidade.

Também as situações de dependência para as atividades instrumentais da vida diária, foram mais frequentes nos Lares (87%) que nos residentes em casa (30%).

João Gorjão Clara realçou a importância deste estudo: “Um dos primeiros trabalhos que investigou em simultâneo estas características dos idosos portugueses, esperando-se que o conhecimento desta realidade permita medidas de intervenção para melhorar a sua qualidade de vida”.

*Prof. João Gorjão Clara*

**Projeto Nutrition UP 65**

O Projeto Nutrition UP 65 (<http://nutritionup65.up.pt>) tem como finalidade reduzir as desigualdades nutricionais na população portuguesa com 65 ou mais anos. Trata-se de um assunto prioritário, pois a sociedade portuguesa tem que lidar com um número crescente de pessoas idosas. Os desequilíbrios do seu estado nutricional têm consequências extremamente negativas para as próprias pessoas idosas, para as suas famílias, para a sociedade em geral e, consequentemente, para o sistema de saúde. No entanto, estes problemas nutricionais são largamente evitáveis e fáceis de tratar, com a ajuda da investigação e da educação.

Os objetivos do Projeto Nutrition UP 65 são, em primeiro lugar, melhorar o conhecimento científico sobre os desequilíbrios nutricionais das pessoas idosas que vivem na comunidade e, em segundo lugar, usar esse conhecimento para dotar os profissionais de saúde e a população em geral com conhecimentos e competências nestas áreas. Adicionalmente, estes resultados permitirão o delineamento de estratégias de Saúde Pública baseadas em evidência científica.

Foi avaliada uma amostra de 1500 pessoas idosas, representativa da estrutura populacional portuguesa em termos de sexo, idade, região geográfica e nível educacional. Os

resultados revelaram que estes desequilíbrios nutricionais são extremamente frequentes. Uma em cada cinco apresentava fragilidade e metade da amostra encontrava-se numa situação de pré-fragilidade. Uma em cada dez apresentava sarcopenia, 1,3% estava desnutrida e 14,8% estava em risco de desnutrição. Além disso, elevada proporção apresentava excesso de peso (44,3%) e obesidade (31,9%). Foram avaliados os níveis plasmáticos de vitamina D: 39,6% apresentava deficiência e 29,4% apresentava insuficiência desta vitamina. Além disso, 11,6% das pessoas idosas encontravam-se desidratadas e quase a totalidade da amostra



Patrícia Padrão



Nuno Borges



(84,9%) consumia sal em excesso, ou seja, mais de 5g por dia.

Foi desenvolvido um programa de formação direcionado aos profissionais de saúde, creditado e acreditado pela Universidade do Porto, com o objetivo de atualizar e melhorar os seus conhecimentos sobre o estado nutricional e a intervenção nutricional junto das pessoas idosas. Até à data, cerca de 450 profissionais de mais de 60 unidades do Serviço Nacional de Saúde em todo o país já beneficiaram destas formações. Adicionalmente, foi criada uma rede de voluntários entre estudantes e antigos alunos da Faculdade de

Ciências da Nutrição e Alimentação para realizar sessões educativas sobre alimentação saudável e preparação de refeições a pessoas com 65 ou mais anos, cuidadores e preparadores de alimentos. Estas sessões já chegaram a cerca de 1400 pessoas idosas e a 170 cuidadores em várias comunidades em Portugal.

Este projeto é financiado pela Islândia, Liechtenstein e Noruega através dos EEA Grants (PT06) em 85% e pela Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto em 15%.

*Prof.ª Teresa Freitas do Amaral*

Cláudia Afonso



Alejandro Santos



## ANUMEDI

A 1 de fevereiro deste ano o grupo de trabalho de Medicina Interna da Associação Portuguesa de Nutrição Entérica e Parentérica (APNEP), coordenado por Dr. Ricardo Cleto Marinho, com apoio do NIMI e PG-SGA/Pt-Global Platform, iniciou um estudo intitulado de Avaliação Nutricional em Medicina Interna (ANUMEDI). Sendo os principais objetivos do estudo determinar a prevalência de desnutrição nos doentes internados nas enfermarias de Medicina Interna e identificar os que apresentam necessidade de intervenção nutricional. Trata-se de um estudo transversal e multicêntrico, que contará com a colaboração de mais de 30 hospitais e centros hospitalares a nível nacional, onde será realizada avaliação nutricional no momento de admissão na enfermaria. A avaliação nutricional e do risco nutricional será realizada com auxílio da escala Nutritional Risk Screening (NRS) 2002, validada internacionalmente pela European Society for Clinical Nutrition and Metabolism (ESPEN), e da escala PG-SGA.

Os dados preliminares foram colhidos durante o mês de fevereiro em quatro centros hospitalares a 150 doentes. Estes indicam que cerca de 50% apresentam risco de desnutrição



elevado de acordo com NRS 2002, enquanto que de acordo com PG-SGA, 48% encontram-se em risco de desnutrição ou moderadamente desnutridos e 27% desta amostra está gravemente desnutrida. Importa salientar que se trata de uma amostra muito idosa com idade mediana de 80 anos e que cerca

de metade desta apresentava pelo menos um internamento hospitalar no último ano.

A desnutrição é uma condição prevalente nos doentes hospitalares, estando esta associada a uma elevada taxa de complicações que causa aumento do tempo de internamento e

custos para o Sistema Nacional de Saúde. Portanto, o rastreio da desnutrição é importante e necessário na população hospitalar, sendo este uma ponte para uma atuação multidisciplinar mais precoce.

*Dr. Ricardo Cleto Marinho*

## Núcleo de Internos de Medicina Interna



O Núcleo de Internos de Medicina (NIMI) é um dos nobres 18 núcleos da Sociedade Portuguesa de Medici-

na Interna (SPMI), tendo sido criado pelo Dr. António Martins Baptista no ano de 2008. O seu primeiro coordenador foi o Dr. José António Mariz, sendo seguido por Carla Araújo, Cristina Teixeira Pinto, Andreia Vilas Boas e, atualmente, por mim, Ricardo Fernandes. A mim juntaram-se Ana Vaz Cristino, Milton Camacho, Gilberto Rosa, Sara Camões, Mariana Alves, João Pedro Gomes e toda uma rede de representantes locais espalhados por todos os hospitais deste país, de Norte a Sul, não excluindo os arquipélagos da Madeira e dos Açores. Estes, por sua vez, fazem chegar toda a informação do NIMI aos internos desses mesmos hospitais e são também eles os veículos de comunicação no sentido oposto. Graças a eles existe uma rede privilegia-

da de comunicação bidirecional e eficaz, que é a pedra angular de todas as atividades deste núcleo.

O NIMI está envolvido em vários projectos, desde promoção da formação médica contínua, assim como na participação e organização de eventos como a Tarde do Jovem Internista (no mais nobre congresso da Medicina Interna, o seu congresso nacional) e o Encontro Nacional de Internos de Medicina Interna (ENIMI), já na sua 12ª edição. E se a Medicina Interna é o pilar de todas as instituições hospitalares, a especialidade médica que vê o doente como um todo e em todas as suas dimensões é necessário conhecer e retratar esse mesmo doente, não esquecendo questões importantes como é o caso da nutrição. Diz a gíria popular que

somos o que comemos e isso cada vez faz mais sentido, seja em ambulatório (isto é, fora do ambiente hospitalar), mas também dentro dele. O objetivo desta parceria entre o NIMI e a APNEP, através deste estudo, é perceber como estão os doentes do ponto de vista nutricional e o que é que se pode fazer para os otimizar, se em risco de desnutrição ou malnutrição. Cada vez mais comer bem é um critério de qualidade e se queremos cuidados de excelência, dignos e individualizados também é emergente a preocupação com questões desta natureza. Só assim conseguiremos praticar uma verdadeira medicina humanizada e humanizadora, condigna e plena.

*Dr. Ricardo Cleto Marinho*

## PG-SGA - Scored Patient-Generated Subjective Global Assessment

A PG-SGA — Scored Patient-Generated Subjective Global Assessment — é uma ferramenta de trabalho quantificada que permite realizar avaliação quer do Risco Nutricional, bem como da Avaliação do Estado Nutricional de doentes.

Esta ferramenta permite rastrear todos os fatores de risco associados à malnutrição, permitir uma intervenção orientada tendo em conta as recomendações da triagem nutricional, bem como a monitorização do estado nutricional e ainda o resultado da intervenção efetuada em diferentes momentos ao longo do tempo.

Este instrumento de trabalho pode ser usado clinicamente em vários contextos —Hospitalar (doente internado e em Ambulatório), Rede de Cuidados Continuados, Lares e no Domicílio — permitindo a identificação de doentes com desnutrição e medição dos resultados da in-



tervenção nutricional o que poderá ter um impacto positivo nos resultados clínicos e, potencialmente, nos custos dos cuidados de saúde.

Esta ferramenta da autoria de uma médica americana, Prof. Doutora

Faith Ottery já foi traduzida para mais de 20 línguas, tendo sido traduzida e validada para a língua Holandesa pela Nutricionista Prof. Doutora Harriët Jager-Wittenaar e, para a língua Portuguesa, pelo Nutricionis-

ta João Pedro Pinho, Mestre em Nutrição Clínica pela Faculdade Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto.

A sua utilização da PG-SGA é atualmente recomendada por diversas instituições internacionais tais como a Academy of Nutrition and Dietetics (EUA), a Dietitians Association of Australia, a Dutch Working Group of Oncology Dietitians e o Instituto Nacional do Câncer (Brasil),

Por forma a melhorar os resultados clínicos e a qualidade de vida dos doentes com desnutrição ou em risco nutricional, a utilização em rotina desta ferramenta ou de outras de avaliação do risco nutricional é, seguramente, uma prioridade no combate à desnutrição, visto que possibilita um diagnóstico precoce e um tratamento proativo e assertivo.

*Dr. José Pedro Pinho*

## Projeto QuaLife+

Através da implementação do Projeto QuaLife+, financiado pela Noruega, Islândia e Liechtenstein ao abrigo dos EEA Grants, foi possível a realização do rastreio da desnutrição e monitorização do estado nutricional nos idosos internados no Centro Hospitalar São João (CHSJ), Porto e na população idosa em algumas das suas áreas de influência. Assim, o projeto divide-se entre o hospital propriamente dito e os ACeS de Porto Oriental e Santo Tirso Trofa, parceiros do projeto pela sua referência ao CHSJ.

Ao nível hospitalar, logo que possível (preferencialmente nas primeiras 48 horas), é realizado rastreio de risco nutricional pelas equipas de enfermagem aquando da entrada do doente e é produzido um alerta automático à equipa de nutrição sempre que o risco é detetado. Todos os doentes sinalizados com risco de desnutrição/desnutridos são avaliados e de acordo com a situação individual é feita a devida intervenção nutricional para prevenir, minimizar ou tratar o problema.

A nível dos idosos da comunidade, recorreu-se a uma amostragem aleatória simples dos ACeS parceiros, num total de 2246 utentes, repartidos entre o ACeS Porto Oriental o ACeS Santo Tirso/Trofa, e os idosos



em risco foram avaliados em consultas de nutrição individualizadas com intervenção orientada para otimizar o seu estado nutricional. Para tornar a prática de rastreio mais uniforme, foi dada formação aos profissionais de saúde envolvidos na implementação do projeto (médicos, enfermeiros e nutricionistas).

Dos doentes rastreados no CHSJ (10.292), 21% estavam desnutridos, 33.7% estavam em risco de desnutri-

ção e 45,3% bem nutridos, sendo que a probabilidade de estar em risco de desnutrição é maior nas mulheres e nos doentes mais velhos. Após a avaliação do estado nutricional, apenas 49,9% dos doentes rastreados como desnutridos, estavam efetivamente desnutridos.

Nos idosos da comunidade avaliados nos ACeS, a prevalência dos que estavam em risco de desnutrição ou desnutridos é bem inferior à encontrada em

ambiente hospitalar, pois apenas 2.3% e 1.5% dos idosos estavam desnutridos (ACeS Santo Tirso Trofa e Porto Oriental, respetivamente).

O rastreio do risco nutricional e a respetiva avaliação nutricional é fulcral para intervir precocemente como prevenção ou tratamento, com estratégias tanto mais intensivas quanto mais grave for a desnutrição.

*Dr.ª Sandra Marília*

## Síndrome do Intestino Curto (SIC): estudo do impacto para a sociedade e para o doente em Portugal

A APNEP vai promover durante o ano de 2017 um estudo que visa conhecer o impacto da Síndrome do Intestino Curto (SIC), em Portugal.

A SIC é uma doença rara que afeta desde recém-nascidos até adultos, que implica uma perda de cerca de 70% do intestino ou da sua capacidade funcional, impedindo a absorção dos nutrientes necessários. Enquanto nas crianças poderá estar associada a anomalias congénitas, nos adultos tem diversas origens, entre as quais a doença de Crohn, a radioterapia ou a insuficiência vascular.

A sobrevivência está muitas vezes dependente da utilização de nutrição parentérica, que pode durar todo o tempo de vida do doente. Os indivíduos com SIC encontram-se, frequentemente, internados por tempo indeterminado e, quando em casa, poderão necessitar do apoio de cui-

dadores, uma vez que uma grande maioria se encontra debilitada.

O novo estudo, promovido pela APNEP, está numa fase embrionária, mas prevê a inclusão de vários centros de tratamento em Portugal. O objetivo é fazer a caracterização do impacto desta doença que, apesar de rara, poderá ter

um grave impacto na qualidade de vida dos doentes, no consumo de recursos de saúde e nos custos.

O estudo deverá contar com a colaboração dos médicos, dos próprios doentes e, quando aplicável, dos cuidadores.

Com o desenvolvimento deste tipo de estudos pretende-se conhecer o estado atual dos doentes com SIC em Portugal, contribuir para a melhoria dos serviços prestados e responder adequadamente às necessidades dos doentes.

*Dr. Aníbal Marinho*



# Por um suporte nutricional adequado para todos ONCA – Madrid, novembro de 2016



## **33 Milhões de adultos na Europa em risco de malnutrição**

A 21 e 22 de novembro de 2016 reuniram-se em Madrid 120 delegados de 15 países Europeus (Alemanha, Bélgica, Croácia, Dinamarca, Eslovénia, Espanha, França, Holanda, Inglaterra, Israel, Itália, Polónia, Portugal, República Checa, Turquia) numa conferência organizada pela Aliança Europeia de Nutrição para a Saúde (ENHA).

Com o apoio do Parlamento Europeu desde 2010 e a implementação de iniciativas nacionais desde 2102, o Programa da ONCA procura reduzir substancialmente a incidência de malnutrição associada à doença em todos os países europeus.