



## Newsletter PEN-3S

### ESTADO NUTRICIONAL DOS IDOSOS PORTUGUESES: ESTUDO DE PREVALÊNCIA NACIONAL E CONSTRUÇÃO DE UM SISTEMA DE VIGILÂNCIA (PEN-3S)

O PEN-3S, acrónimo do título na versão inglesa, "*Portuguese elderly nutritional status surveillance system*", tem por finalidade contribuir para o conhecimento do estado nutricional dos idosos Portugueses e para o desenvolvimento de um sistema eletrónico de vigilância epidemiológica deste fenómeno de saúde.

O conhecimento resultante do estudo visa apoiar a definição de políticas de proteção da saúde e de equidade na prestação de cuidados de saúde. Os objetivos gerais do projeto são:

- Caracterizar o estado nutricional da população idosa residente em Portugal (regiões autónomas incluídas), por sexo, grupos etários quinquenais e regiões NUTS II, na comunidade e a residir em lares;
- Identificar e caracterizar variáveis associadas à malnutrição na população idosa, na comunidade e em lares;
- Desenvolver um sistema eletrónico de vigilância e alerta do estado nutricional do idoso, ao nível dos cuidados de saúde primários e dos lares de idosos.

O projeto inclui (a) um inquérito alimentar e nutricional à população com mais de 64 anos (desenho transversal observacional, sendo a recolha de dados feita através de entrevista estruturada face-a-face e assistida por computador) e (b) o desenvolvimento de um sistema eletrónico de monitorização, alerta e referenciação de idosos em estado de malnutrição. A componente de desenvolvimento do sistema eletrónico terá por base científica, para além da revisão sistemática de literatura sobre sistemas similares existentes noutros países, a construção de consenso entre peritos, através da técnica Delphi. O produto final deste consenso será uma lista (reduzida) de indicadores clínicos para o *screening* nutricional ao nível dos cuidados de saúde primários e em contexto de lares, bem como um *workflow* operacional para o diagnóstico e referenciação da malnutrição. O sistema eletrónico de vigilância será testado numa unidade de cuidados de saúde primários e num lar de idosos.

#### EQUIPA DE INVESTIGAÇÃO

O PEN-3S tem como investigador principal o Professor Doutor João Gorjão Clara e conta com uma equipa composta por médicos, nutricionistas, dietistas, psicólogos e sociólogos.

Teresa Madeira, Beatriz Goulão, Catarina Peixoto, Nuno Mendonça, Violeta Alarcão, Nuno Santos, Carla Lopes, Teresa Amaral, Sofia Guiomar, Astrid Bergland, Osvaldo Santos.

Conta também com o envolvimento de consultores, Agneta Yngve, Amália Botelho, José Camolas, Marisa Cebola e corpo docente da FMUL, Alda Jordão, Ana Maria Costa, Cristina Furtado, Cristina Gomes, Evangelista Rocha, Maria Manuela Cruz e Teresa Fonseca.

#### ENTIDADE FINANCIADORA

O PEN-3S tem o apoio do Mecanismo Financeiro 2009-2014 do Espaço Económico Europeu (EEA Grants) no âmbito do Programa de Iniciativas em Saúde Pública (PT06).

A Noruega, a Islândia e o Listenstein, na qualidade de Estados Doadores, financiam, em 16 Estados Membros da União Europeia, iniciativas e projetos com vista a:

- Reduzir as disparidades económicas e sociais;
- Reforçar as relações bilaterais entre os Estados Doadores e os Estados Beneficiários.

O Promotor do projeto PEN-3S é a Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa e detém a responsabilidade de iniciar, preparar e implementar o projeto. O Operador é a Administração Central do Sistema de saúde (ACSS).



Créditos foto: Nuno Branco - JustNews 2015

## A COMPLEXIDADE DO DOENTE GERIÁTRICO

As sociedades científicas foram surpreendidas pelo número crescente de idosos, que originaram um verdadeiro "elderly boom". Esta multidão de idosos não foi objeto de estudos e ensaios que ajudem a intervir na sua assistência



com base em informação científica credível, permitindo a Medicina Baseada na Evidência e orientando para intervenções que melhorem a qualidade de vida e que fomentem o envelhecimento ativo.

A complexidade do doente Geriátrico, que difere muito entre si e que não pode ser considerado como um população homogénea depois dos 65 anos, dificulta a investigação e muitas vezes, pela referida heterogeneidade, conduz a resultados díspares que não permitem conclusões seguras.

Falta-nos por isso muita informação. Como se alimentam os idosos? Que circunstâncias determinam a sua dieta? Os recursos económicos? As condicionantes culturais? Os recursos naturais da região onde vivem? A dieta condiciona a prevalência de doenças?

Quanto e quais vivem em solidão? A solidão é uma opção ou uma consequência das circunstâncias das sociedades atuais?

Qual é a frequência da depressão nas instituições, na casa própria, na casa de familiares? A depressão é causa e consequência da solidão?

O estudo a que nos propomos pretende responder a algumas destas questões.

Temos a pretensão de que depois dos resultados, será possível seguir linhas claras de orientação para intervir de modo a melhorar a assistência e a qualidade de vida do idoso.

**João Gorjão Clara**

(Investigador principal | Professor Catedrático da FMUL)

## A INVESTIGAÇÃO AO SERVIÇO DA SOCIEDADE

O maior objetivo que um estudo pode almejar é melhorar a esperança e qualidade de vida de indivíduos e da sociedade.

Para fenómenos complexos, como o estado nutricional de uma população vulnerável, nomeadamente a população idosa, os contributos têm necessariamente de provir de uma multidisciplinaridade de saberes e de atores sociais.

No Instituto de Medicina Preventiva e Saúde Pública temos tradição de associar saberes, disciplinas e instituições para estudar fenómenos como a saúde dos migrantes, o acesso aos cuidados de saúde ou o controlo das doenças crónicas.

Ao associarmos um consórcio de investigadores nacionais e internacionais de topo e articularmos o estudo PEN-3S com o Inquérito Alimentar Nacional e de Atividade Física, esperamos contribuir para bem informar a sociedade e decisores, mas também para empoderar cuidadores a identificar e sinalizar situações em risco... E assim trazer saúde a indivíduos, famílias e à sociedade.



**Pereira Miguel**

(Diretor IMPSP)

## PARCERIAS

O PEN-3S conta com um conjunto de parceiros nacionais e internacionais que de forma articulada irão contribuir para o desenvolvimento do projeto.

### Parceiros internacionais

- Oslo and Akershus University College of Applied Sciences, Norway

### Parceiros nacionais

- Associação para a Investigação e Desenvolvimento da Faculdade de Medicina de Lisboa (AIDFM)
- Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto (FCNAUP)
- Instituto de Saúde Dr. Ricardo Jorge (INSA)
- Instituto de Saúde Pública da Universidade do Porto (ISPUP)



## O PEN-3S E A COMUNICAÇÃO CIENTÍFICA:

### UM SERVIÇO À FMUL

A academia tem quatro papéis fundamentais: Ensinar, Investigar e inovar, a sua própria administração e desenvolvimento, e comunicar. A comunicação é, sem dúvida, o papel mais recente e, talvez por isso mesmo, também o mais ignorado. Em matéria de comunicação as Escolas de Medicina estão em posição privilegiada: a natureza do seu trabalho são as pessoas na vertente da sua saúde e bem-estar, tema automaticamente sentido com proximidade pelo público. Este trunfo nem sempre é utilizado e as faculdades de Medicina desperdiçam frequentemente oportunidades de ouro de aumentar a literacia em saúde da população, revelarem a sua atividade ou abrirem-se ao escrutínio público. Estas metas podem ser alcançadas das mais diversas formas, desde comunicação institucional de atividades clínicas, científicas ou culturais, até comentários jornalísticos e apoio aos media. No entanto, a comunicação mais assertiva é porventura a que se centra sobre projetos bem definidos, com objetivos bem determinados, com equipas bem identificadas. Estes são ingredientes importantes para uma comunicação eficaz. Desta forma, projetos de elevado impacto devem estar associados a estratégias de comunicação eficazes, no interesse da sociedade e das instituições. É certamente o que se espera dos projetos FMUL, de que o PEN-3S é um exemplo. Trata-se de um projeto de estudo na comunidade e espera-se que seja da comunidade e para a comunidade.

A FMUL disponibiliza-se para que assim seja e deseja à equipa grande sucesso nesta importante missão.



**Miguel Castanho**

(Sub-diretor FMUL)

### Contactos:

**Unidade de Epidemiologia  
Instituto de Medicina Preventiva e Saúde Pública**  
Faculdade de Medicina de Lisboa,  
Avenida Professor Egas Moniz, 1649-028 Lisboa  
<http://www.uepid.org> | <http://pen3s.uepid.org/>  
Telf.: (351) 21 798 51 30 | Ext: 47091/47094  
Email: [geral@pen3s.uepid.org](mailto:geral@pen3s.uepid.org)