

## RELAÇÃO ENTRE DISFAGIA, DESNUTRIÇÃO E SARCOPENIA EM IDOSOS: O OLHAR NUTRICIONAL SOBRE UM PROBLEMA SILENCIOSO

Laís Silva Carolino<sup>1</sup>  
Dandhara Cardoso De Oliveira<sup>1</sup>  
Kênia Pereira Lemos Bastos<sup>2</sup>  
Ananda Nunes Pereira<sup>3</sup>  
Isabela Queiroz Perigolo Lopes<sup>4</sup>

isabelaperigololopes@gmail.com

**ÁREA DO CONHECIMENTO:** Ciências da Saúde

**PALAVRAS-CHAVE:** disfagia; desnutrição; sarcopenia; idoso; avaliação nutricional.

### 1 INTRODUÇÃO

O avanço do envelhecimento populacional tem sido acompanhado pelo aumento de condições clínicas que comprometem a qualidade de vida dos idosos. Entre elas, destaca-se a disfagia, caracterizada pela dificuldade em engolir, que compromete a segurança e a eficácia da deglutição. De alta relevância clínica, a disfagia está associada à desnutrição, sarcopenia, infecções respiratórias, perda de funcionalidade e comprometimento psicossocial. As consequências são amplas, com impactos que vão do estado nutricional à autonomia e ao convívio social. Estudos recentes, como os de Ferreira *et al.* (2022) e Hachul e Viebig (2023), apontam a associação entre disfagia, sarcopenia e fatores modificáveis, como a higiene oral, especialmente em idosos institucionalizados ou hospitalizados. Diante desse cenário, é fundamental incorporar a avaliação nutricional de forma sistemática na triagem e no acompanhamento de idosos em risco para disfagia. A nutrição desempenha papel central na prevenção de complicações associadas à perda de peso, massa muscular e funcionalidade. Evidências científicas reforçam a importância de uma abordagem ampliada, demonstrando a inter-relação entre disfagia, desnutrição e sarcopenia (Ferreira *et al.*, 2024; Shimizu *et al.*, 2022). Assim, o presente resumo tem como objetivo analisar a relação entre disfagia, desnutrição, sarcopenia e saúde oral em idosos, com base em revisão da literatura científica recente, destacando a avaliação nutricional como ferramenta essencial para a prevenção e o cuidado integral dessa população.

---

<sup>1</sup> Acadêmicas do Curso de Nutrição do Centro Universitário Vértice – Univértix, Matipó.

<sup>2</sup> Nutricionista, Especialista em Nutrição Clínico Esportiva e Alimentação Escolar. Responsável técnica do Programa de Alimentação Escolar da Prefeitura Municipal de Matipó, professora e coordenadora do curso de Nutrição do Centro Universitário Vértice – Univértix, Matipó

<sup>3</sup> Nutricionista, Mestre em Ensino de Ciências da Saúde e do Ambiente. Responsável técnica do Programa de Alimentação Escolar da Prefeitura Municipal de Sericita e Rio Casca, professora do curso de Nutrição do Centro Universitário Vértice – Univértix, Matipó.

<sup>4</sup> Nutricionista, Mestre em Nutrição e Saúde. Nutricionista clínica da Unimed Vertente do Caparaó, professora do curso de Nutrição do Centro Universitário Vértice – Univértix, Matipó.

## 2 METODOLOGIA

O presente estudo trata-se de uma pesquisa bibliográfica, conforme Gil (2002), voltada à análise de publicações científicas sobre a relação entre disfagia, estado nutricional, sarcopenia e saúde oral em idosos. A busca foi realizada nas bases de dados *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), Google Acadêmico e PubMed, entre junho e julho de 2025, utilizando combinações controladas dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): “disfagia”, “desnutrição”, “sarcopenia”, “saúde oral” e “idosos”, nos idiomas português e inglês, combinados pelo operador booleano “AND”. Foram incluídos artigos disponíveis na íntegra, gratuitos, publicados entre 2020 e 2025, em português ou inglês, que abordassem o tema proposto. Foram excluídos artigos duplicados, indisponíveis ou que não se adequaram à temática do estudo. Após a triagem, 10 artigos foram selecionados para leitura completa. Os dados extraídos foram organizados por similaridade temática e utilizados para fundamentar a análise e discussão.

## 3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os estudos analisados revelam uma forte associação entre disfagia, sarcopenia e desnutrição em idosos, especialmente em contextos de hospitalização e institucionalização. A redução da massa muscular e a piora do estado nutricional tendem a comprometer diretamente a função de deglutição, aumentando a frequência e a gravidade dos quadros de disfagia. Essa relação mostra que a perda de funcionalidade compromete a alimentação e destaca a importância de identificar precocemente esses fatores de forma integrada (Ferreira *et al.*, 2022; Hachul ; Viebig, 2023; Shimizu *et al.*, 2022). Além disso, a higiene oral precária e a baixa ingestão alimentar agravam o quadro clínico, agravando o quadro e gerando um ciclo contínuo de perda funcional e nutricional (Ferreira *et al.*, 2022). A avaliação funcional da deglutição, frequentemente realizada por equipes multiprofissionais, é essencial na identificação precoce de alterações disfágicas. Tais avaliações permitem uma intervenção mais eficaz, levando em conta tanto os aspectos mecânicos da deglutição quanto as consequências nutricionais. O uso de escalas clínicas e testes de triagem têm se mostrado úteis na prática clínica, segundo os estudos analisados (Araújo; Freitas, Santos, 2024; Silva *et al.*, 2023). Esses achados reforçam a necessidade de atuação do nutricionista na avaliação e prevenção da disfagia como parte do cuidado integral ao idoso. A condição da saúde bucal tem papel importante na preservação da capacidade de deglutir com segurança. Estudos apontam que o número de dentes, o uso de próteses dentárias e a condição oral geral estão diretamente relacionados à disfagia, podendo funcionar como elementos de risco ou como aliados na prevenção da disfagia. A ausência de dentes ou próteses mal adaptadas pode comprometer a mastigação e, conseqüentemente, a segurança e eficácia da deglutição (Aquino; Costa; Oliveira, 2023; Ferreira *et al.*, 2022). Esse cenário exige não apenas cuidados odontológicos, mas também adaptações alimentares orientadas por nutricionistas. Por fim, os estudos também indicam que o risco de disfagia não se restringe apenas a idosos doentes ou hospitalizados. Mesmo indivíduos considerados saudáveis ou residentes em instituições de longa permanência apresentam alterações na deglutição (Ferraz *et al.*, 2020; Xavier *et al.*, 2021; Vieira *et al.*, 2022). Esses achados reforçam a importância da triagem precoce e contínua, independentemente da condição clínica atual do idoso.

#### 4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

As evidências apontam que a disfagia em idosos está relacionada a uma combinação de fatores, como o estado nutricional, a presença de sarcopenia e as condições de saúde oral. A identificação precoce desses aspectos, especialmente por nutricionistas, é fundamental para evitar complicações e promover um envelhecimento com mais qualidade de vida. A atuação integrada de diferentes profissionais se mostra essencial, possibilitando condutas mais individualizadas e eficazes. Nesse sentido, estratégias de triagem, avaliação funcional e atenção à saúde bucal devem ser fortalecidas tanto na prática clínica quanto no desenvolvimento de novas pesquisas.

#### REFERÊNCIAS

AQUINO, E. C. de; COSTA, J. M.; OLIVEIRA, A. A. de. Associação entre número de dentes, próteses dentárias e disfagia autorreferida em idosos brasileiros: estudo populacional. **CoDAS**, São Paulo, v. 35, 2023. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/codas/a/MGRmVXFjF3dBxFgQrVvVvKf6d/>. Acesso em: 09 jul. 2025.

ARAÚJO, M. B. de; FREITAS, L. C.; SANTOS, R. T. Desempenho da função de deglutição entre idosos com e sem queixas clínicas. **CoDAS**, São Paulo, v. 36, 2024. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/codas/a/fPrfPp8KhKqKmH6vhRDsqhR/>. Acesso em: 11 jul. 2025.

FERRAZ, M. F. *et al.* Risco de disfagia e qualidade de vida em idosos saudáveis. **Distúrbios da Comunicação**, São Paulo, v. 32, n. 4, p. 651–660, 2020. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/dic/article/view/44540>. Acesso em: 10 jul. 2025.

FERREIRA, D. M. *et al.* Disfagia: elementos na fala de idosos hospitalizados com risco nutricional. **Revista de Saúde**, Santa Maria, v. 50, e73608, 2024. Disponível em: <https://periodicos.ufsm.br/revistasaude/article/view/73608>. Acesso em: 09 jul. 2025.

FERREIRA, R. *et al.* Associação entre risco de disfagia e sinais sugestivos de sarcopenia, estado nutricional e frequência de higiene oral em idosos hospitalizados. **CoDAS**, São Paulo, v. 34, n. 3, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/codas/a/m7SVpR68K69YSkjqHz3WkYz/>. Acesso em: 10 jul. 2025.

GIL, A. C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 5. ed. São Paulo: Atlas, 2002.

HACHUL, L.; VIEBIG, F. R. Relação entre desnutrição, sarcopenia e disfagia em idosos de uma instituição de longa permanência. **Arquivos de Humanidades**, São Paulo, v. 7, n. 14, 2023. Disponível em: <https://ojs.latinamericanpublicacoes.com.br/ojs/index.php/ah/article/view/1480>. Acesso em: 11 jul. 2025.

SHIMIZU, A. *et al.* Association of dysphagia with nutritional and sarcopenia status in hospitalized older adults: A multicenter cross-sectional study. **BMC Geriatrics**, London, v. 22, n. 1, 2022. Disponível em: <https://bmgeriatr.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12877-022-03079-5>. Acesso em: 10 jul. 2025.

SILVA, T. C. *et al.* Prevalência e fatores de risco para disfagia orofaríngea em idosos hospitalizados. **CoDAS**, São Paulo, v. 35, 2023. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/acr/a/dJSn7TDCHzS4w36H4zKGLtL/>. Acesso em: 11 jul. 2025.

VIEIRA, M. C. *et al.* Risco de disfagia e IMC em mulheres idosas residentes em ERPI: estudo transversal. **RIAge Journal**, Belo Horizonte, v. 4, n. 1, 2022. Disponível em: <https://www.riagejournal.com/index.php/riage/article/view/342/424>. Acesso em: 11 jul. 2025.

XAVIER, J. S. *et al.* Frequência de disfagia orofaríngea em idosos institucionalizados: uma revisão integrativa. **CoDAS**, São Paulo, v. 33, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/codas/a/XPMY8wkFtcD9Wz6DKX57Mks/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 11 jul. 2025.