

**UNIVERSIDADE FEDERAL DO MARANHÃO**  
**CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE**  
**DEPARTAMENTO DE CIÊNCIAS FISIOLÓGICAS**  
**CURSO DE NUTRIÇÃO**

**JACKELINE AIRES BARROS**

**CARACTERIZAÇÃO DOS DETERMINANTES DA CAPACIDADE INTRÍNSECA  
NA POPULAÇÃO ADULTO E IDOSA NO BRASIL: dados do ELSI-Brasil**

**SÃO LUÍS - MA**

**2025**

JACKELINE AIRES BARROS

**CARACTERIZAÇÃO DOS DETERMINANTES DA CAPACIDADE INTRÍNSECA  
NA POPULAÇÃO ADULTO E IDOSA NO BRASIL: dados do ELSI-Brasil**

Trabalho de conclusão do curso de Nutrição da  
Universidade Federal do Maranhão, como requisito  
para obtenção do grau de bacharel em Nutrição.

Orientador (a): Elane Viana Hortegal Furtado

**SÃO LUÍS - MA**

**2025**

JACKELINE AIRES BARROS

**CARACTERIZAÇÃO ANÁLISE DOS DETERMINANTES DA CAPACIDADE  
INTRÍNSECA ENTRE A POPULAÇÃO ADULTA E IDOSA NO BRASIL:  
dados do ELSI-Brasil**

Trabalho de conclusão do curso de Nutrição da  
Universidade Federal do Maranhão, como requisito  
para obtenção do grau de bacharel em Nutrição.

Orientador (a): Elane Viana Hortegal Furtado

Aprovada em: 26 / 02 / 2025

BANCA EXAMINADORA

---

Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Elane Viana Hortegal Furtado  
Universidade Federal do Maranhão

---

Prof. Dr. Rafael de Abreu Lima  
Universidade Federal do Maranhão

---

Prof. Me. Gilberto de Holanda Lopes Filho  
Universidade Federal do Maranhão

Ficha gerada por meio do SIGAA/Biblioteca com dados fornecidos pelo(a) autor(a).  
Diretoria Integrada de Bibliotecas/UFMA

Aires Barros, Jackeline.

CHARACTERIZAÇÃO DOS DETERMINANTES DA CAPACIDADE  
INTRÍNSECA NA POPULAÇÃO ADULTA E IDOSA NO BRASIL:dados do  
ELSI-Brasil / Jackeline Aires Barros. - 2025.  
37 f.

Orientador(a): Elane Viana Hortegal Furtado.  
Curso de Nutrição, Universidade Federal do Maranhão,  
São Luís, 2025.

1. Capacidade Intrínseca. 2. Envelhecimento Ativo. 3.  
Saúde do Adulto e Idoso. I. Viana Hortegal Furtado,  
Elane. II. Título.

## AGRADECIMENTOS

Hoje, meu coração transborda de gratidão, porque sei que não cheguei até aqui sozinha. Deus, em Sua infinita bondade e misericórdia, foi minha luz em cada passo. Como diz o Salmo 91: "Aquele que habita no esconderijo do Altíssimo, à sombra do Onipotente descansará." Eu posso dizer que, em todos os momentos, Ele foi meu refúgio e fortaleza, me protegendo e me guiando em cada fase dessa jornada. Gostaria de expressar minha gratidão à Universidade Federal do Maranhão (UFMA) e à minha orientadora, Elane Viana Hortegal, pelo apoio e orientação durante a elaboração do meu TCC. Agradeço à UFMA pelo ambiente acadêmico e ao trabalho da minha orientadora, que foi essencial para a realização deste projeto e meu crescimento acadêmico.

Quero agradecer de maneira especial à minha amiga Liandra Franciele Justino dos Santos da Silva, que esteve ao meu lado desde a infância, sempre me apoiando, seja nos momentos de alegria ou nas dificuldades. Liandra, você foi mais que uma amiga, foi minha parceira de vida, que me ajudou e acompanhou com tanto carinho, desde a aprovação no vestibular até esse processo tão desafiador do TCC. Não há palavras que possam expressar o quanto sou grata por tudo o que você fez por mim. Você é um anjo na minha vida!

A minha mãe, Celina, minha maior inspiração, minha força, minha base. Mãe, não tem como expressar em palavras o quanto sou grata por todo o carinho, apoio e dedicação que você sempre me deu. Você é a razão de eu ter chegado até aqui. Sei que "o que sou hoje, devo a você" e a tudo o que me ensinou.

Aos meus amigos da universidade, os *Filder's*, que tornaram esses anos mais leves e divertidos. "Quem tem amigos, tem tudo", e vocês foram fundamentais para que essa trajetória fosse mais leve e cheia de momentos inesquecíveis. Cada risada, cada conselho, cada aprendizado junto será para sempre guardado no meu coração.

Aos meus amigos de infância, que continuam sendo meu porto seguro, e ao meu namorado, que sempre esteve ao meu lado, com paciência, amor e apoio, meu muito obrigada. Vocês foram o suporte nos momentos difíceis e a alegria nos momentos bons. Juntos, mostramos que o amor e a amizade têm o poder de nos fazer ir além.

E, para finalizar, lembro das palavras do Emicida na música "Levanta e Anda": "*E se o tempo te deixar de joelho, a gente se levanta.*" Essa música sempre me fez pensar que, por mais que a vida nos derrube, é com o apoio de quem amamos e com a força de Deus que conseguimos nos levantar e seguir em frente. E aqui estou, com muito orgulho, celebrando a conquista com todos vocês ao meu lado.

Do fundo do coração, obrigada a todos que foram parte dessa caminhada. Que a vida nos reserve ainda mais vitórias, risos e momentos inesquecíveis.

## RESUMO

A capacidade intrínseca (CI) é um conceito essencial para o envelhecimento saudável, abrangendo as capacidades físicas e mentais que garantem a independência e a qualidade de vida dos idosos. Estudos apontam que a baixa CI está associada à perda de habilidades essenciais para as atividades diárias, comprometendo a autonomia dos idosos (BEARD et al., 2018). A promoção da CI é fundamental, com atividades físicas regulares, estímulo cognitivo e vínculos sociais desempenhando papéis cruciais na prevenção do declínio funcional e cognitivo (CESARI et al., 2015). No Brasil, as desigualdades sociais impactam diretamente a saúde dos idosos, dificultando o acesso aos cuidados de saúde e tornando-os mais vulneráveis às doenças crônicas e perda de funcionalidade (SILVA et al., 2020). A pesquisa sobre CI é essencial para criar políticas públicas voltadas ao atendimento das necessidades dessa população, além de ser importante para a formação de profissionais de saúde capacitados para identificar e tratar o declínio da capacidade intrínseca. Uma abordagem multidisciplinar é necessária para garantir o cuidado integral dos idosos (CESARI et al., 2015). Além disso, a promoção do envelhecimento ativo, que busca a participação dos idosos na sociedade, é vital para reduzir o isolamento social e prevenir doenças mentais como a depressão (CACIOPPO; CACIOPPO, 2018). Dessa forma, o estudo da capacidade intrínseca contribui não apenas para a melhoria da qualidade de vida dos idosos, mas também para a construção de uma sociedade mais inclusiva e equitativa.

**Palavras-chave:** Capacidade Intrínseca; atividade do cotidiano; envelhecimento ativo; saúde do adulto e idoso.

## ABSTRACT

Intrinsic capacity (IC) is an essential concept for healthy aging, encompassing the physical and mental capabilities that guarantee the independence and quality of life of the elderly. Studies indicate that low IC is associated with the loss of essential skills for daily activities, compromising the autonomy of the elderly (BEARD et al., 2018). Promoting IC is fundamental, with regular physical activity, cognitive stimulation and social bonds playing crucial roles in preventing functional and cognitive decline (CESARI et al., 2015). In Brazil, social inequality directly impacts the health of the elderly, making access to healthcare difficult and making them more vulnerable to chronic diseases and loss of functionality (SILVA et al., 2020). Research on IC is essential to create public policies aimed at meeting the needs of this population, in addition to being important for training health professionals trained to identify and treat the decline in intrinsic capacity. A multidisciplinary approach is necessary to guarantee comprehensive care for the elderly (CESARI et al., 2015). Furthermore, the promotion of active aging, which seeks the participation of elderly people in society, is vital to reduce social isolation and prevent mental illnesses such as depression (CACIOPPO; CACIOPPO, 2018). In this way, the study of intrinsic capacity contributes not only to improving the quality of life of the elderly, but also to the construction of a more inclusive and equitable society.

**Keywords:** Intrinsic Capacity; Elsi-Brazil; active aging; elderly health.

## **LISTA DE ILUSTRAÇÕES**

Figura 1 - Os cinco domínios (locomoção, cognição, psicossocial, sensorial, vitalidade) constituindo o constructo de capacidade intrínseca ..... 14

Figura 2 - Relação entre a capacidade funcional, intrínseca e o meio ambiente. Adaptado de Organização Mundial da Saúde (OMS)..... 17

## LISTA DE TABELAS

Tabela 1 - Caracterização da amostra de acordo com a idade, sexo, escolaridade, situação conjugal, renda mensal domiciliar per capita, cor da pele autorreferida, ELSI- Brasil 2015-2016 e 2019-2022 .....	24
Tabela 2 - Caracterização da amostra de acordo com o estado nutricional e força de preensão manual ELSI-Brasil 2015-2016 e 2019-2021.....	27
Tabela 3 - Caracterização da amostra de acordo com os domínios da capacidade intrínseca, ELSI-Brasil 2015-2016 e 2019-2021. ....	28

## SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	11
2 OBJETIVOS.....	13
2.1 OBJETIVO GERAL.....	13
2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS .....	13
3 CAPACIDADE INTRÍNSECA.....	13
3.1 INTERAÇÃO ENTRE CAPACIDADE INTRÍNSECA, CAPACIDADE FUNCIONAL E AMBIENTE .....	16
3.2 AVALIAÇÃO DA CAPACIDADE INTRÍNSECA .....	19
4 METODOLOGIA.....	21
5 RESULTADOS E DISCUSSÃO .....	22
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS .....	32
REFERÊNCIAS .....	33