



Estilo de vida e desempenho cognitivo em idosos do National Health and Nutrition Examination Survey (NHANES) 2011-2012 e 2013-2014

Estilo de vida y desempeño cognitivo en adultos mayores del National Health and Nutrition Examination Survey (NHANES) 2011-2012 y 2013-2014

Lifestyle and cognitive performance in older adults from the National Health and Nutrition Examination Survey (NHANES) 2011-2012 and 2013-2014

Naomi Vidal Ferreira

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1557-7350>

Faculdade Adventista da Amazônia

E-mail: naomi.ferreira@faama.edu.br

Natalia Gomes Gonçalves

ORCID: <https://orcid.org/000-0002-5253-5483>

Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo

E-mail: natalia.g@fm.usp.br

Eixo temático: Ciências da saúde.

Resumo

Introdução: A demência é hoje um problema de saúde pública, uma vez que as populações estão envelhecendo, e a idade é o principal fator de risco não-modificável para demência. Atualmente, não existe tratamento medicamentoso disponível para a demência, o que faz com que seja fundamental conhecer fatores que podem prevenir o desenvolvimento da demência antes que ela se instale. O estilo de vida, mais especificamente hábitos como consumir uma dieta saudável, praticar atividade física, dormir entre 7-8h por noite, e abster-se do tabaco tem sido separadamente associados com menor perda cognitiva. No entanto, pouco se sabe sobre o efeito da combinação desses fatores sobre o desempenho cognitivo.

Objetivo: Investigar a associação entre a combinação de quatro fatores do estilo de vida, a saber, dieta saudável, prática de atividade física, sono e abstenção do tabaco sobre o desempenho cognitivo em idosos participantes do estudo National Health And Nutrition Examination Survey (NHANES).

Método: serão utilizados os ciclos de 2011-2012 e de 2013-2014 do NHANES. Participantes com menos de 60 anos serão excluídos devido à falta de dados sobre desempenho cognitivo. A qualidade da dieta será avaliada usando o escore Mediterranean Eating Pattern for Americans (MEPA) (escore de 0-16), a atividade física será avaliada com base na recomendação da Organização Mundial da Saúde (atende/não atende), o sono será avaliado com base em sua duração a cada noite (7-8h/>8h/<7h), e a abstenção do tabaco será avaliada considerando o tabagismo atual (sim/não) e a exposição atual ao tabagismo passivo (sim/não). Para computar o



escore total do estilo de vida, será calculada a média ponderada dos escores de cada fator, levando em consideração as diferentes escalas de cada fator. Para avaliar o desempenho cognitivo, o NHANES utilizou a lista de palavras do Consortium to Establish a Registry for Alzheimer's Disease - CERAD), o teste de fluência verbal semântica - categoria animais, e o Digit Symbol Substitution Test do Wechsler Adult Intelligence Scale (WAIS). Para avaliar a associação entre a adesão aos fatores do estilo de vida e o desempenho cognitivo, serão conduzidas análises de regressão, ajustadas para variáveis sociodemográficas, tendo o escore total do estilo de vida como variável preditora e os escores cognitivos como variáveis desfecho. Será também realizada análise de interação entre a associação de interesse e as variáveis sociodemográficas.

Descritores: Estilo de vida; cognição; NHANES.

Eixo temático: Ciências da saúde.