



REFLEXÕES SOBRE FRAGILIDADE DO IDOSO

DIAS, Jéssica¹; HENTGES, Vanessa²; ROSA, Katiane³; THUM, Cristina⁴

Resumo: Segundo dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), o nosso país está em processo acelerado, enquanto crescimento e envelhecimento humano, devido às taxas de fecundidade estar diminuindo. As expectativas da vida da população só têm aumentado o número de idosos. Os idosos por sua vez apresentam fatores de morbidade com muitas limitações funcionais. **Objetivo:** descrever contextualizações da fragilidade no idoso com reflexões deste ciclo vital. **Metodologia:** Pesquisa qualitativa descritiva com ênfase na revisão bibliográfica. Foram utilizados para a pesquisa artigos nacionais da base de dados *Scientific Electronic Library Online (SCIELO)* compreendidos entre o ano de 2015 e 2016. Utilizou-se os seguintes descritores: Idoso, fragilidade, assistência. Assim, foram encontrados onze artigos e quatro somente contemplaram o objetivo do estudo proposto. **Resultado:** Estudos mencionam que o envelhecimento é caracterizado pelas mudanças fisiológicas de ordem sistêmicas, bem como alterações no seu modo de vida, estado de saúde que afetam o convívio social e seus aspectos psicológicos. Muitos dos idosos diminuem suas atividades diárias, e conseqüentemente com a adaptação deste novo comportamento aumenta a prevalência da fragilidade destes, devido ser este idoso geriátrico, com comorbidades, causando por vezes a dependência total de terceiros para sua sobrevivência. Estudos apontam que entre as fragilidades possuem domínios físicos e psicológicos. Idosos que no decorrer de suas vidas, no seu cotidiano, não praticaram exercícios físicos ocasionam atrofia, perda de massa magra e tecido ósseo em importantes membros que auxiliam os movimentos, e vão paulatinamente diminuindo sua força física com o avançar da idade, acrescido ainda de muitos, neste ciclo vital apresentarem doenças como osteoporose e artrose que agravam ainda mais a locomoção e o movimento para as atividades cotidianas; tendo certa dependência enquanto auxílio mecânicos, apoio de pessoas para sua movimentação, devido apresentar mais risco de quedas, e fraturas, caso não esteja com auxílio. **Considerações finais:** A fragilidade do idoso é uma temática que os profissionais de saúde necessitam estar atentos enquanto assistência pois esta leva a caminhos depressivos que vão aos poucos debilitando o idoso. Assim, estes cuidados devem ser abordados de forma interdisciplinar com apoio da família familiar, que se torna a base para que o idoso com fragilidades tenha uma melhor qualidade de vida.

Palavras chaves: Idosos. Fragilidade. Assistência.

¹ Acadêmica do Curso de Graduação de Enfermagem- UNICRUZ, oitavo semestre. jesyca.123@hotmail.com

² Acadêmica do Curso de Graduação de Enfermagem- UNICRUZ, oitavo semestre. vanessahentges85@gmail.com.

³ Acadêmica do Curso de Graduação de Enfermagem- UNICRUZ, oitavo semestre. katiannenfermagem2014@gmail.com

⁴ Docente do Centro de Ciências da Saúde e Agrárias (CCSA) da Universidade Cruz Alta -UNICRUZ. . .
Doutoranda em Gerontologia Biomédica, PUCRS, Mestre em Enfermagem e Saúde – FURG;
crkaefer@unicruz.edu.br