



PREVALENCIA DE SARCOPENIA E FATORES ASSOCIADOS A QUEDAS EM IDOSOS

KUPSKE, Vandressa¹; KUPSKE, Juliedy Waldow²; GOSENHEIMER, Gustavo Afonso³

Resumo: O envelhecimento é responsável por mudanças fisiológicas na composição corporal, o que reflete na perda das funções e estruturas dos idosos tornando-os mais propícios a internações por doenças incapacitantes, como por exemplo a sarcopenia - síndrome caracterizada pela perda progressiva e generalizada da massa musculoesquelética acompanhada de perda de força muscular e/ou do desempenho físico, tendo sua prevalência em idosos. Dessa forma, o objetivo desse estudo foi avaliar os indicadores de sarcopenia e correlacioná-los com os fatores intrínsecos e extrínsecos envolvidos com o risco de quedas em idosos. O procedimento metodológico foi a pesquisa exploratória descritiva por meio de uma breve revisão da literatura, em sites de busca e pesquisa que tenham cunho acadêmico e científico. Para a triagem de sarcopenia utiliza-se os valores obtidos nos testes descritos a seguir: velocidade da marcha (VM); força de preensão manual (FPM) e circunferência da panturrilha (CP), e os valores de índice de massa muscular apendicular (IMMA) obtidos por meio da DXA (técnica mais desenvolvida e mais válida para a avaliação de densidade mineral óssea). Os fatores que predisõem para a sarcopenia são a falta de atividade física, alteração no estilo de vida e alimentação inadequada, que influenciam diretamente no desenvolvimento da fragilidade e dependência e maior prevalência de internações decorrentes de quedas. Como fator intrínseco para o risco de quedas, obteve-se, a variável faixa etária. O avanço da idade mostrou-se associado a valores decrescentes do TAF (Teste do Alcance Funcional) e com valores crescentes do TUG (avaliação de risco de quedas), ambos estatisticamente significativos. Como fator extrínseco para o risco de quedas, observa-se recursos de segurança em suas residências tais como: escadas; barras de apoio nas escadas (corrimão); rampas; barras de apoio nas rampas; desnível no chão; obstáculo que precise passar por cima; tapetes soltos no chão; piso escorregadio; luzes fracas (que dificultam a visão); chão do banheiro escorregadio quando molhado; barras de apoio nos banheiros; cama mais alta; cadeira mais alta; vaso sanitário mais alto; animais domésticos soltos; objetos soltos no chão. A diminuição da força muscular e desempenho físico torna-se evidente a partir da sexta década de vida. Conclui-se que o rastreamento adequado tem o potencial de diagnosticar a sarcopenia e assim possibilitar o planejamento de intervenções, minimizando desfechos desfavoráveis, custo dos serviços de saúde, declínio funcional e, sobretudo promovendo um envelhecimento bem-sucedido.

¹ Aluna do curso de Fisioterapia da Universidade de Cruz Alta (UNICRUZ), campus Cruz Alta, vandressa.kupske@hotmail.com

² Aluna da Residência Multiprofissional em Saúde da Família da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul (UNIJUI), campus Santa Rosa, juliedykupske@hotmail.com

³ Enfermeiro, Residente no Programa de Residência Multiprofissional em Saúde da Família e Comunidade, Universidade Federal da Fronteira Sul, contato: gustavo.gosenheimer@gmail.com

² Especificações do autor, Instituição(ões) a que pertence, agência financiadora da pesquisa e Grupo de Pesquisa (quando houver) e o endereço eletrônico. E-mail: eventos@unicruz.edu.br.

XXIII SEMINÁRIO INTERINSTITUCIONAL DE ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO

CIÊNCIA E DIVERSIDADE



23 e 25 de out.18

XXI MOSTRA

DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA

XVI MOSTRA

DE EXTENSÃO

V MOSTRA

DE PÓS-GRADUAÇÃO

IV MOSTRA

DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA Jr

III MOSTRA

FOTOGRAFICA



Palavras-chave: Envelhecimento. Sarcopenia. Quedas.

PRÓ-REITORIA DE PÓS-GRADUAÇÃO, PESQUISA E EXTENSÃO

FONE: (55) 3321.1606 | 3321.1545 | EMAIL: pesquisa@unicruz.edu.br ; extensao@unicruz.edu.br
Campus Universitário Dr. Ulysses Guimarães - Rodovia Municipal Jacob Della Méa, km 5,6 -
Parada Benito. CRUZ ALTA/RS - CEP- 98005-972 | UNICRUZ.EDU.BR