

Encontro de Extensão, Docência e Iniciação Científica (EEDIC)

SARCOPENIA E OS FATORES DE RISCO EM IDOSOS DO MUNICÍPIO DE QUIXADÁ-CE

Jorge Hiago da Silva Oliveira; Alane Kelly de Sousa Oliveira; Antonia Natalia da Costa;
Luana Fernandes da Silva; José Airton de Freitas Ponte Júnior; Thaís Teles Veras Nunes

O envelhecimento reflete em perdas nas funções e estruturas dos idosos tornando-os mais propícios a internações por doenças incapacitantes, como por exemplo a sarcopenia - perda da força e massa muscular, tendo sua prevalência em idosos. O objetivo do estudo foi identificar fatores de risco para a sarcopenia em idosos do município de Quixadá-Ce. Caracteriza-se como um estudo descritivo de abordagem quantitativa, com delineamento transversal. Foi aplicado um formulário de coleta de dados sócio-econômico-demográfico e o questionário SABE. A pesquisa foi realizada com 15 idosos de um Centro-Dia na cidade de Quixadá-CE. O estudo tem aprovação pelo Comitê de Ética segundo o protocolo n. 20120017. Constatou-se que a quantidade de idosos do sexo feminino é maior que do sexo masculino, 53,30 e 46,70% respectivamente. A idade média dos entrevistados era de 73,8 anos. Dos idosos entrevistados 7 relataram que possuem uma renda mensal de até um salário mínimo e 8 idosos, de 1 a 2 salários mínimos. Todos os idosos relataram não consumir bebida alcoólica, mas afirmaram praticar exercício físico e alimentar-se mais de três vezes ao dia. Dos 60% que relataram sofrer alguma queda, 33,3% sofreram de 1 a 2 vezes, 13,33% relataram que sofreram 2 vezes ou mais. Os fatores que predisõem para a sarcopenia são a falta de atividade física, alteração no estilo de vida com uso de bebida alcoólica e tabagismo e, alimentação inadequada, que influenciam diretamente no desenvolvimento da fragilidade e dependência e maior prevalência de internações decorrentes de quedas. Concluiu-se que as idosas, a maioria neste estudo, tem maior predisposição a evoluir com os fatores de risco para sarcopenia por apresentar redução de massa muscular maior quando comparado ao sexo masculino. Todos os idosos relataram possuir hábitos de vida saudáveis, mesmo possuindo renda econômica baixa. Mesmo que os idosos estudados não tenham apresentado os fatores de risco, os mesmo não estão isentos de evoluir para um indivíduo sarcopênico. Neste contexto, reforça-se a necessidade de ações voltadas para idosos que previnam a perda de massa muscular e promova uma saúde mais saudável, diminuindo assim, os riscos.

Palavras-chave: Envelhecimento. Fatores de risco. Sarcopenia.