

SARCOPENIA: ACHADOS PRELIMINARES DO ESTUDO EPES

Dalvana Dutra Berwanger

Nathalia Cardoso de Oliveira (co-autor)

Michele Bittencourt Silveira (co-autor)

Ana Carolina dos Santos (co-autor)

Lidiane Isabel Filippin (orient)

UNILASALLE-CANOAS

Área Temática: Ciências Médicas e da Saúde

Resumo: A sarcopenia tem sido definida como uma síndrome caracterizada como progressiva e generalizada perda da massa e força muscular com alto risco para desfechos adversos tais como diminuição do desempenho físico, pobre qualidade de vida e morte. Mesmo com grande impacto na saúde, a prevalência e os fatores de risco não são conhecidos em nosso estado. Objetivo: avaliar a prevalência e os fatores associados à sarcopenia em um município da região metropolitana de Porto Alegre RS. Metodologia: Estudo de caráter transversal. A população estudada foi composta por residentes da cidade de Nova Santa Rita (n=550). Foram incluídos indivíduos com idade de 40 e 80 anos, de ambos os sexos. A coleta foi realizada no domicílio do indivíduo e obedeceu a uma amostragem de 40% de cada setor censitário eleito de forma aleatoriamente. Foram avaliadas as seguintes variáveis: situação sociodemográfica, situação funcional (desempenho funcional, estado cognitivo, nível de atividade física) e presença de sarcopenia. Todos os participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. A prevalência de sarcopenia foi estimada e expressão em proporção e intervalo de confiança de 95% (IC95%). Foram considerados significativos quando $p < 0,05$. Resultados: a prevalência de sarcopenia na população estudada foi de 12,3% (9,2 e 15,7) (n=47). O desempenho físico medido pelo TUG foi reduzido em 76% dos entrevistados e o nível de atividade física insuficiente em 84% dos indivíduos. Conclusão: os resultados preliminares deste estudo demonstram prevalência similar ao encontrado em outras populações. Os dados sugerem que a atividade física e o desempenho físico são insuficientes. Como se sabe, a falta da prática de atividade física acarreta diversos prejuízos à saúde e é um preditor para o desenvolvimento da sarcopenia. A aderência de uma forma de vida mais saudável e ativa se faz necessário a todo indivíduo, principalmente à população idosa que apresenta maior perda funcional e muscular, acarretando a fatores de risco, como quedas, institucionalização e morte. Descritores: Sarcopenia; saúde do idoso; atividade física.