

A OSTEOPOROSE E SEU ACOMETIMENTO EM IDOSOS E SUA RELAÇÃO COM AS QUEDAS

Giovanna Costa de Paula dos Santos¹, Natalia Rafaela Aparecida Pinto², Beatriz Aparecida Santos³, Aliny Barbosa⁴

RESUMO

Osteoporose (OP) é uma enfermidade osteomuscular que mais acomete a população idosa, com maior prevalência e incidência no público feminino devido à rápida perda óssea associada a pós-menopausa. A OP é caracterizada pela diminuição da consistência mineral óssea o que ocasiona a fragilidade e predisposição de quedas e fraturas graves, como fratura de quadril, vertebra e fêmur. Para compor este trabalho, foram utilizados como referencial teórico, artigos publicados relacionados às patologias que eventualmente podem estar presente na fase do envelhecimento. Optou se por utilizar revisão bibliográfica, com levantamento de dados realizado em bases indexadas. Foram obedecidos os critérios para a escolha a temática relacionada ao título, cujo ano de publicação não excedesse 10 anos.

PALAVRAS-CHAVES: Osteoporose, doenças ósseas metabólicas, idoso, acidentes por quedas.

¹Discente do 6º semestre do curso de Enfermagem. Centro Universitário Amparense – UNIFIA

²Discente do 6º semestre do curso de Enfermagem. Centro Universitário Amparense – UNIFIA

³Discente do 6º semestre do curso de Enfermagem. Centro Universitário Amparense – UNIFIA

⁴Enfermeira. Mestranda em Ciências Biomédicas. Docente do curso de Enfermagem. Centro Universitário Amparense – UNIFIA

INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional brasileiro, como aponta Moreira e Caldas (2007 apud Sant'Anna e Câmara P. Braga MGC, 2003) vem aumentando consideravelmente, fator capaz de gerar impactos nas diversas formas de se prestar cuidados aos Idosos. Segundo os dados apresentados pela Organização Mundial de Saúde (OMS), haverá aumento prospectivo, que representará 16 vezes contra 5 vezes o crescimento populacional total, refletindo em nosso país, a sexta população em contingente de idosos no mundo.

A Osteoporose (OP) é uma doença osteomuscular considerada um sério problema de saúde mais acometido na população idosa com maior prevalência em indivíduos nessa fase da vida. Essa enfermidade caracteriza-se pela diminuição da consistência óssea o que involuntariamente ocasiona um aumento da fragilidade óssea que resulta em maiores riscos de quedas e fraturas (CAMARGOS; BONFIM, 2017).

A OP é classificada de acordo com sua causa, sendo ela primária ou secundária ela é categorizada por consequência da existência ou não de uma circunstância associada à perda óssea. A mais comum é a forma primária surge na meia-idade e de maneira progressiva com o avanço da idade e é composta por tipo I que habitualmente surge no período de pós-menopausa e a tipo II especifica na fase senil (RIERA; TREVISANI; RIBEIRO, 2003).

OP está fortemente ligada a episódios de quedas, fraturas e declínio na qualidade de vida, indivíduos com tal enfermidade podem vir apresentar marcha alterada, alteração postural e desequilíbrio favorecendo o sucedimento de quedas, como similarmente a idade avançada também está relacionada à ocorrência de quedas (CRUZ et al., 2012).

O acometimento da osteoporose possuem alguns fatores de risco entre eles estão relacionados; histórico familiar, idade avançada, sexo feminino (com maior acometimento a OP primária do tipo I pertinente a pós-menopausa), raça caucasiana, baixa ingestão de cálcio e vitamina D. É de suma importância à identificação desses fatores para interceder com medidas preventivas e/ou paliativas (CAMARGOS; BONFIM, 2017).

Por ser de difícil diagnóstico ou de diagnóstico após episódios de fraturas, sua identificação precoce e cuidados paliativos auxiliam na impossibilidade de decorrência de futuras fraturas. Com seu diagnóstico o tratamento medicamentoso é primordial para a prevenção de fraturas em vertebras, quadril e fêmur (CAMARGOS; BONFIM, 2017).

Com consequência da diminuição da densidade óssea associa-se uma redução também da força muscular que deixam idosos mais vulneráveis a risco de quedas e possíveis fraturas. Essa redução da força é de maneira aproximada de 30% encontrada entre pessoas com 50 e 70 anos de idade. Tal modificação é mais costumeira acometer indivíduos do sexo feminino do que masculino; também mais comum em membros inferiores (MMII) do que em membros superiores (MMSS) (TEIXEIRA et al., 2013). Bem como a fragilidade óssea é resultante da OP, ela pode atuar diretamente no aumento de

restrições que demandam maior desenvoltura corporal, como por exemplo, andar longas distâncias, fazer compras, realizar atividades físicas, etc (PINTO et al., 2016).

Segundo o Ministério da Saúde (MS) algumas medidas podem ser levadas em consideração para prevenção ou redução da osteoporose podendo ser analisadas sobre sua eficácia de prevenir fraturas como; luz solar, caminhadas, terapia de reposição hormonal e aumento do consumo de produtos derivados lácteos. E também intervenções que podem reduzir a força do impacto da queda caso o idoso caia, como o uso de almofadas externas protetoras de quadril, ou também optar pelo uso de colchonetes no chão para reduzir a fratura de quadril (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2009).

Além de medidas preventivas da OP e intervenções para redução de queda em indivíduos idosos, o Ministério da Saúde (2009) disponibiliza também orientações gerais para prevenção do acometimento de quedas entre elas estão:

“Elimine de sua casa tudo aquilo que possa provocar escorregões e instale suportes, corrimão e outros acessórios de segurança; Use sapatos com sola antiderrapantes; Elimine o cadarço de seu calçado; Instale iluminação ao longo do caminho de sua cama e banheiro; Deixe sempre o caminho livre de obstáculos.”

A osteoporose relacionada ao envelhecimento pode ser provocada por consequência de processos inflamatórios, como aqueles gerados pela artrite reumatoide (uma doença autoimune que leva a deformidade das articulações por degradação dos ossos e cartilagens) e alterações hormonais presentes em patologias como hipertireoidismo, do mesmo modo que também pode ser acometida pelo uso de álcool, uso de corticoides entre outras causas (RODRIGUES; BARROS, 2016) & (LAURINDO et al., 2004).

OBJETIVO GERAL

Descrever a atuação da enfermidade osteoporose em idosos. Analisar a doença osteoporose e seu acometimento em idosos e sua relação a episódios de quedas.

METODOLOGIA

Para a realização do presente artigo optou-se como método, o estudo de revisão sistemática de literatura. Foram utilizadas buscas de compreensões científicas já produzidas nos últimos 10 anos e nas bases de dados da Scielo (Scientific Eletronic Library Online) Bireme, Medline e Google Acadêmico para possível conclusão das ideias apresentadas nesse estudo. As palavras utilizadas como descritores no DeCs (Descritores em ciências da saúde) foram: Osteoporose, doenças ósseas metabólicas, idoso, acidentes por quedas.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

De acordo com os artigos estudados nesta revisão bibliográfica a doença categorizada como osteomuscular, a osteoporose está relacionada com a maior parte dos episódios de quedas em idosos. Em consequência as fraturas mencionadas em todos os estudos foram (quadril, fêmur, vertebra e MMII). Tendo o maior acometimento em indivíduos do sexo feminino (por questões hormonais, pós-menopausa), porém também podendo ser causada por mais diversos fatores independente do sexo.

Entre os autores citados, não foram encontrados dados contraditórios. Foram categóricos ao discorrer sobre o assunto, não havendo incompatibilidade de ideias.

Mesmo que tal enfermidade esteja associada ao envelhecimento e não possua uma cura definitiva ainda assim se dispõem de medidas paliativas que necessitam ser adotadas pelos indivíduos acometidos pela osteoporose, com isso seu diagnostico precoce é de suma importância para impossibilitar quedas que promovem as futuras fraturas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir desse estudo pode-se concluir que a ocorrência de episódios de quedas e o acometimento de fraturas gera um relevante problema de saúde em idosos afetando diretamente na qualidade de vida e independência desses indivíduos.

Nesse contexto fica-se claro a importância de programas de promoção a saúde do idoso a prevenção de quedas, juntamente com a orientação e intervenção da família e cuidadores em tal circunstância proporcionando um ambiente mais apropriado para esses pacientes e controle da OP assim garantindo bons resultados e reduzindo a incidência de quedas e fraturas.

Evidenciamos com base no exposto, a relevância de maior aprofundamento referente ao conhecimento e manejo das medidas que possam vir a ser implantadas no contexto das famílias, para que haja redução de acidentes no domicílio.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

CAMARGOS, Mirela; BONFIM, WANDERSON. Osteoporose e expectativa de vida saudável: estimativas para o Brasil em 2008. **Cad. Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 25, n. 1, p. 106-112, 2017. Disponível em <<http://www.scielo.br/pdf/cadsc/v25n1/1414-462X-cadsc-1414-462X201700010150.pdf>> . Acesso em: 29 ago. 2017.

CRUZ, DANIELLE; RIBEIRO, LUIZ; VIEIRA, MARCEL; TEIXEIRA, MARIA; BASTOS, RONALDO; LEITE, ISABEL. Prevalência de quedas e fatores relacionados em idosos. **Revista Saúde Pública**, São Paulo, v. 46 , n. 1, p. 138-146, 2012. Disponível em <<http://www.scielo.br/pdf/rsp/v46n1/3070.pdf>> . Acesso em: 30 ago. 2017.

LAURINDO, IMM; XIMENES, AC; LIMA, FAC ; PINHEIRO, GRC; BATISTELLA, LR; BERTOLO, MB; ALENCAR, P; XAVIER, RM; GIORGI, RND; CICONELLI, RM; RADOMINSKI, SC. Artrite reumatoide: Diagnóstico e tratamento. **Revista Brasileira de Reumatologia**, São Paulo, v. 44 , n. 6, p. 435-442, 2004. Disponível em <<http://www.scielo.br/pdf/rbr/v44n6/07.pdf>>. Acesso em: 30 ago. 2017.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Quedas de idosos. **BVS biblioteca virtual em saúde**, nov.2009.Disponível em: http://bvsmis.saude.gov.br/bvs/dicas/184queda_idosos.html>Acesso em: 30 ago. 2017.

MOREIRA, MARCIA DUARTE; CALDAS, CÉLIA PEREIRA. A importância do cuidador no contexto da saúde do idoso. Escola Anna Nery Revista de Enfermagem, vol 11, nº 3, septiembre, 2007 pp.520-525 UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-81452007000300019> Acesso em 23 ago. 2017.

PINTO, ANDRESSA; LANGE, CELMIRA; PASTORE, CARLA; LIANO, PATRICIA; CASTRO, DENISE; SANTOS, FERNANDA. Capacidade funcional para atividades da vida diária de idosos da Estratégia de Saúde da Família da zona rural. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 21, n. 11, p. 3545-3555, 2016. Disponível em <<http://www.scielo.br/pdf/csc/v21n11/1413-8123-csc-21-11-3545.pdf>>. Acesso em: 30 ago. 2017.

RIERA, RACHEL; TREVISANI, VÍRGÍNIA; RIBEIRO, JOÃO PAULO. Osteoporose - A Importância da Prevenção de Quedas. **Revista Brasileira de Reumatologia**, São Paulo, v. 43, n. 6, p. 364-368, 2003. Disponível em <http://www.scielo.br/pdf/rbr/v43n6/a08v43n6.pdf> . acesso em: 30 ago. 2017.

RODRIGUES, IARA; BARROS, MARILISA. Osteoporose autorreferida em idosa: Pesquisa de base populacional no município de Campinas, São Paulo. **Revista Brasileira de epidemiologia**, São Paulo, v. 19, n. 2, p. 294-306. 2016 Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbepid/v19n2/1980-5497-rbepid-19-02-00294.pdf>> .Acesso em: 31 ago. 2017.

TEIXEIRA, LUCAS; PECCIN, MARIA; SILVA, KELSON; OLIVEIRA, ALINE; TEIXEIRA, TIAGO; COSTA, JOELMA; TREVISANI, VÍRGÍNIA. Efeitos do exercício na redução do risco de quedas em mulheres idosas com osteoporose. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, Rio de Janeiro, v. 16, n. 13, p. 461-471, 2013. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbgg/v16n3/v16n3a05.pdf>> . Acesso em: 30 ago. 2017.