

## Trabalho 79

### PREVALÊNCIA DA CONDIÇÃO DE PRÉ-FRAGILIDADE INDICADA PELO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA EM IDOSOS

LENARDT, M. H. (1); BETIOLLI, S. E. (2); RIBEIRO, D. K. M. N. (3); CARNEIRO, N. H. K. (4); SOUSA, J. R. (5)

(1) Universidade Federal do Paraná; (2) Universidade Federal do Paraná; (3) Universidade Federal do Paraná; (4) Universidade Federal do Paraná; (5) Universidade Federal do Paraná

#### Apresentadora:

SUSANNE ELERO BETIOLLI ([susanne.elero@yahoo.com.br](mailto:susanne.elero@yahoo.com.br))

Universidade Federal do Paraná (Estudante de pós graduação)

Introdução: A fragilidade é uma síndrome caracterizada pela redução da velocidade da marcha, diminuição da força de preensão manual, perda de peso não intencional, fadiga/exaustão e redução do nível de atividade física(1). São considerados idosos em condição de pré-fragilidade aqueles que apresentam um ou dois desses componentes. A baixa tolerância aos estressores físicos e psicológicos que acomete os idosos pode repercutir na prática das atividades físicas, e a redução dessas atividades possui um efeito importante na síndrome da fragilidade. A atividade física está associada à qualidade de vida e a melhores indicadores de saúde, sendo considerado um fator determinante para o processo de envelhecimento(2). Objetivo: Investigar a prevalência de pré-fragilidade e os fatores associados a essa condição, observando o nível de atividade física em idosos. Descrição metodológica: Trata-se de estudo quantitativo transversal, derivado de um projeto de pesquisa maior, intitulado "Efeitos da fragilidade e qualidade de vida relacionada à saúde de idosos da comunidade?". A investigação foi desenvolvida em uma Unidade Básica de Saúde (UBS) de Curitiba-PR, junto à população composta por idosos com idade igual ou superior a 60 anos. Os dados foram coletados no período de setembro de 2011 a janeiro de 2012, por meio do questionário sociodemográfico e clínico, e o nível de atividade física para Idosos - Questionário CuritibaAtiva(3). Foi considerado marcador de fragilidade a classificação compatível com o grupo inativo e pouco ativo. Elegeram-se os seguintes critérios de inclusão: idade igual ou superior a 60 anos; estar cadastrado na UBS de realização da pesquisa; e obter no screening cognitivo - Mini Exame do Estado Mental (MEEM)(4), pontuação superior ao ponto de corte(5) proposto para o estudo, o qual considera o grau de escolaridade do idoso. Foram critérios de exclusão: apresentar problemas de saúde que inviabilizasse a aplicação dos questionários e a realização do MEEM; e fazer o uso de quimioterápicos no período de coleta de dados. O cálculo amostral foi realizado com base na estimativa da proporção populacional, o que resultou em uma amostra inicial de 203 idosos. Após aplicação dos critérios de seleção, obteve-se amostra final de 195 idosos. Os dados foram analisados no programa EpiInfo versão 6.04, e considerados estatisticamente significativos quando  $p < 0,05$ . O estudo recebeu parecer favorável do Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos, sob registro CEP/SD: 913.038.10.04 CAAE: 0023.0.091.000-10. Foram respeitados os preceitos éticos de participação voluntária e consentida dos sujeitos. Resultados: Dos 195 idosos investigados, 73(37,4%) idosos apresentam redução do nível de atividades físicas, classificados em condição de pré-fragilidade para esse componente. Destes, houve maior número de mulheres ( $n=39;20\%$ ), predominância da faixa etária de 60 a 69 anos ( $n=33;17\%$ ), estado civil casado(a) ( $n=36;18,5\%$ ), residem com familiares ( $n=46;23,5\%$ ), possuem ensino fundamental incompleto ( $50;25,6\%$ ) e consideram sua situação financeira como mediana ( $34;17,5\%$ ). A variável idade apresentou-se significativa para a diminuição da atividade física ( $p=0,007$ ), assim como o estado civil mostrou tendência significativa ( $p=0,083$ ). Observou-se um número significativo de idosos com problemas de saúde ( $67;34,4\%$ ) e que utilizam medicamentos ( $70;35,9\%$ ), sendo esta variável significativa para o estudo ( $p=0,026$ ). A doença referida com maior frequência pelos idosos foi a cardiovascular ( $n=55;28,2\%$ ), seguida pela osteomuscular ( $n=30;15,3\%$ ). Observou-se um quantitativo significativo de idosos que relataram não ter sofrido queda ( $55;28,2\%$ ) ou hospitalização ( $56;28,7\%$ ) nos últimos 12 meses. Relataram não possuir incontinência urinária ( $50;25,6\%$ ), não fumar ( $66;33,8\%$ ) e não fazer uso de bebida alcoólica ( $67;34,4\%$ ). Referente ao uso de tecnologias assistivas, a maioria informou não fazer uso de bengala ( $70;35,8\%$ ), muleta ( $71;36,4\%$ ) ou andador ( $72;36,9\%$ ), mas faziam uso de lentes corretivas ( $62;31,8\%$ ). Quanto as principais classes de



## **Trabalho 79**

medicamentos, destaca-se que 59(30,2%) sujeitos faziam uso de anti-hipertensivos e 32(16,4%) de anti-inflamatórios. O uso desses dois medicamentos se apresentaram significativos ao estudo, com valores de  $p=0,025$  e  $p=0,023$ , respectivamente. Observou-se o alto índice de idosos que faziam uso de cinco ou mais medicamentos (20;10,2%). Conclusões: Infere-se moderada prevalência de pré-fragilidade indicada pelo componente redução do nível de atividade física entre os idosos investigados. A inatividade física esteve relacionada a condições clínicas, como doenças cardiovasculares, osteomusculares e uso de medicamentos. Acredita-se que esses são problemas cumulativos, reflexo dos hábitos de vida dos idosos. Portanto, o incentivo à atividade física deve ser realizado no continuum do processo de envelhecimento. Como resultado (à longo prazo) desse incentivo e promoção da atividade física, espera-se que muitos problemas relacionados ao sedentarismo possam ser evitados ou diminuídos. A literatura brasileira está significativamente desprovida de estudos que avaliem a condição de fragilidade dos idosos, no que concerne à redução do nível de atividade física. A publicação de trabalhos nessa área auxiliaria no melhor entendimento da relação entre essas variáveis, e contribuiria na construção de conhecimento no que se refere à síndrome da fragilidade em idosos. Implicações para a enfermagem: Ressalta-se a importância do enfermeiro conhecer especificamente cada um dos componentes da síndrome e seus fatores associados, para que se possam estabelecer planos de ação com o objetivo de prevenir a instalação deste quadro clínico. Investigar e reconhecer precocemente os fatores associados à condição de pré-fragilidade, atentando para o nível de atividade física, além de instrumentalizar a enfermagem gerontológica frente à prevenção, resulta na manutenção e aumento da qualidade de vida dos idosos.

Referências 1. Fried L, Tangen CM, Walston J, Newman AB, Hirsch C, Gottdiener J, et al. Frailty in older adults: Evidence for a phenotype. *The Journals of Gerontology Series A: Biological Sciences and Medical Sciences*. 2001; 56A(3):M146- 156. 2. Matsudo SM, Matsudo VKR, Barros Neto TLB. Atividade física e envelhecimento: aspectos epidemiológicos. *Rev. Bras. de Medic. do Esporte*. 2001; 7(1):2-13. 3. Rauchbach R, Wendling NM. Evolução da construção de um instrumento de avaliação do nível de atividade física para idosos - Curitiba. *Foz do Iguaçu: FIEP Bulletin*; 2009. p. 543-547. 4. Folstein MF, Folstein SE, McHugh PR. Mini-Mental State: a practical method for grading the cognitive status of patients for the clinician. *J Psychiat Res*. 1975; (12):189-198. 5. Bertolucci PH, Brucki SD, Campacci SR, Juliano Y. The Mini-Mental State Examination in a general population: impact of educational status. *Arquivos de Neuropsiquiatr*. 1994; 52(1):1-7.