

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

Maria Helena Lenardt¹; Nathalia Hammerschmidt Kolb Carneiro²; Dâmarys Kohlbeck de Melo Neu Ribeiro³; Susanne Elero Betiolli⁴; Jessica Rocha Sousa⁵.

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 ($n=34$; 17,5%). A variável idade apresentou-se significativa para a diminuição da atividade física ($p=0,007$),

¹ Enfermeira, Doutora em Filosofia da Enfermagem, Professora Sênior do Programa de Pós-Graduação em Enfermagem da Universidade Federal do Paraná (PPGENF – UFPR). Líder do Grupo Multiprofissional de Pesquisa sobre Idosos (GMPI).

² Enfermeira, Mestranda em Enfermagem do PPGENF - UFPR, Bolsista REUNI, membro do GMPI. E-mail: nathalia.kolb@gmail.com

³ Enfermeira, Doutoranda em Enfermagem do PPGENF - UFPR, Bolsista CAPES, membro do GMPI.

⁴ Enfermeira, Doutoranda em Enfermagem do PPGENF - UFPR, Bolsista CAPES, membro do GMPI.

⁵ Acadêmica do curso de graduação em Enfermagem da UFPR, bolsista Iniciação Científica (IC/CNPq), Membro do GMPI.



assim como o estado civil mostrou tendência significativa ($p=0,083$). Observou-se um número significativo de idosos com problemas de saúde ($n=67$; 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%). Quanto as principais classes de 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 ($n=20$; 10,2%). **Conclusões:** Infere-se que a pré-fragilidade para atividade física no presente estudo possui moderada prevalência (37,4%) e esteve relacionada à faixa etária e ao uso de medicamentos. Dessa maneira, quanto maior a idade do idoso, maior a probabilidade dele se tornar pré-frágil para este componente. A utilização de fármacos merece olhar atento para a posologia e tempo de tratamento, como tentativa de minimizar o ritmo do declínio funcional e desfecho para fragilidade. Não faltam elementos para deduzir que é fundamental a prevenção de doenças crônicas e, como parte disso, o incentivo à atividade física desde a tenra idade e no continuum do processo de envelhecimento. **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.

Descritores: *Idoso fragilizado; Atividade física; Enfermagem geriátrica.*

Área temática: Processo de Cuidar em Saúde e Enfermagem

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 - CuritibaAtiva. 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.