



# VII Colóquio Estadual de Pesquisa Multidisciplinar V Congresso Nacional de Pesquisa Multidisciplinar IV Feira de Empreendedorismo da UNIFIMES

2023

08 A 10 DE MAIO

A Pesquisa e o Desenvolvimento Regional Aliados ao Empreendedorismo



## A RELAÇÃO DA SARCOPENIA NO RISCO DE QUEDA ENTRE IDOSOS

Vinícius Duarte Guedes de Oliveira<sup>1</sup>

Sergio Nogueira de Carvalho Filho<sup>2</sup>

Arthur Velasco de Magalhães e Martins<sup>3</sup>

João Victor Alves Perillo<sup>4</sup>

Danillo Leite<sup>5</sup>

A perda de massa muscular e a perda de força muscular, associadas ou não, é o que denominamos de sarcopenia, a qual pode ser classificada de forma grave quando influencia na perda de funcionalidade do indivíduo. Ademais, a sarcopenia pode ter causas primárias e secundárias, como o envelhecimento e a deficiência nutricional, respectivamente. Nesse cenário, o idoso, em decorrência do processo de envelhecimento mais avançado, possui fisiologicamente uma redução da taxa metabólica e da absorção de nutrientes, entre outros fatores, como comorbidades e sedentarismo, relacionam-se com o desenvolvimento da sarcopenia. No Brasil, dados de uma revisão sistemática, a prevalência de sarcopenia foi de 20% em mulheres e 12% em homens. Sendo assim, destaca-se, dentre as consequências da sarcopenia, a queda entre os idosos, haja vista que a redução de força e massa muscular se relacionam diretamente com a locomoção desse indivíduo, promovendo uma menor velocidade de marcha e de equilíbrio, em razão disso eleva-se o risco de queda. O presente estudo tem como objetivo identificar a relação da sarcopenia na possível queda entre indivíduos idosos, além de relacionar a qualidade de vida nesse processo. Foram realizadas pesquisas bibliográficas em bases de dados como PubMed, Scielo, e DATASUS, em março de 2023, com os descritores "sarcopenia", "envelhecimento e sarcopenia" "quedas e sarcopenia" e "mobilidade e sarcopenia", totalizando 23 artigos. Foram incluídos os estudos que abordaram a relação da sarcopenia com o envelhecimento e quedas em consequência da menor capacidade de locomoção, em língua inglesa e portuguesa aplicando critérios de

<sup>1</sup> Discente do curso de medicina UNIFIMES, campus Trindade, e-mail: [viniciusguedes27@academico.unifimes.edu.br](mailto:viniciusguedes27@academico.unifimes.edu.br)

<sup>2</sup> Discente do curso de medicina UNIFIMES, campus Trindade

<sup>3</sup> Discente do curso de medicina UNIFIMES, campus Trindade

<sup>4</sup> Discente do curso de medicina UNIFIMES, campus Trindade

<sup>5</sup> Docente do curso de medicina UNIFIMES, campus Trindade



# VII Colóquio Estadual de Pesquisa Multidisciplinar V Congresso Nacional de Pesquisa Multidisciplinar IV Feira de Empreendedorismo da UNIFIMES

2023

08 A 10 DE MAIO

*A Pesquisa e o Desenvolvimento Regional Aliados ao Empreendedorismo*



exclusão, os quais consistiram em eliminar aqueles que não contemplaram o objetivo, que não continha as palavras-chave e que a metodologia não estivesse bem clara. Posto isso, é pertinente entender a importância de discutir sobre o assunto, visto que a queda no idoso é responsável por efeitos de extrema gravidade em idosos, como a perda de funcionalidade, fraturas, aumento de infecções, imobilidade e até o desenvolvimento do medo excessivo de cair novamente, denominado ptofobia. Portanto, a aplicação de testes como Timed Up and Go (TUG), avaliação da velocidade de marcha e análise da circunferência da panturrilha são alguns métodos para analisar riscos de queda e a presença de sarcopenia nos idosos, os quais devem ser praticados durante a avaliação geriátrica ampla, a fim de fornecer tratamento adequado e orientações acerca da prática de atividades físicas e alimentação correta, para reduzir o risco de queda e promover uma melhor qualidade de vida, mediante o retorno da independência e capacidade de realizar atividades básicas e instrumentais de vida diária.

**Palavras-chave:** Sarcopenia. Queda. Idoso. Envelhecimento.

