

PREVALÊNCIA DE DOENÇAS CRÔNICAS DEGENERATIVAS NOS IDOSOS FREQUENTADORES DO CRAS DE MINEIROS

Denis Willian de Oliveira¹

João Vítor Silva Ferreira¹

Juliana Silva Guabiroba²

Resumo: Todo ser humano, passa por processos de envelhecimento durante a vida. A velhice se constitui de processos cronológicos, biológicos e sociais. O envelhecimento, não se caracteriza por pessoas doentes ou com algum tipo de enfermidades. Tanto, que algumas doenças são desenvolvidas ao longo da vida, levando em conta processos sociais e culturais, podendo ser agravados com o aumento da faixa etária. O surgimento de diversas doenças crônicas degenerativas, ou seja, aquelas doenças particulares de cada indivíduo (não transmissíveis) e que não apresentam cura e sim tratamento, vem aumentando as dificuldades de idosos para realização nas diversas atividades básicas de vida diária (ABVD), por incapacidade funcional ou dores em regiões específicas. Dessa forma, o objetivo deste estudo foi identificar a prevalência de doenças crônicas degenerativas em idosos do Cras da região do bairro Leontino da cidade de Mineiros – GO. Esta pesquisa é do tipo descritiva, que teve como análise, variáveis quantitativas para mensuração dos dados, analisados através da estatística descritiva a partir da frequência de ocorrência. O público alvo deste estudo, foram os idosos que frequentam as atividades regulares duas vezes por semana no Cras. A amostra foi constituída por dezessete idosos, dos quais, 14 participaram do estudo, sendo que três idosos não participaram, uma delas por apresentar deficiência intelectual e não conseguir entender as perguntas realizadas, e duas não responderam a entrevista. Os entrevistados, apresentaram as seguintes manifestações de doenças, 7,14% colesterol, 14,3% diabetes mellitus, 78,6% hipertensão arterial e 43% apresentaram algum tipo de doenças osteoarticulares ou osteomusculares sendo elas (osteoporose, artrite ou artrose). . O ser humano, pode evitar várias dessas doenças, pelo fato da grande parte delas serem modificáveis pelo próprio indivíduo ao longo da vida, com hábitos de vida saudáveis no dia-dia e práticas ativas fisicamente.

Palavras – Chaves: Envelhecimento. Doenças Crônicas Degenerativas. Idosos.

Introdução

Todo ser humano, passa por processos de envelhecimento durante a vida. A velhice se constitui de processos cronológicos, biológicos e sociais. Durante a vida da pessoa, ela passa por momentos de experiência e diversos amadurecimentos, fazendo com que nenhum ser humano seja igual ao outro (SCHNEIDER, 2008 e FREITAS, 2016).

Segundo Dias (2011) no Brasil, o ser humano é considerado idoso a partir da idade cronológica de 60 anos, levando em conta todo processo que o mantém ativo, baseado nas capacidades funcionais e na expectativa de vida e saúde.

¹ Acadêmicos do curso de Educação Física do Centro Universitário de Mineiros (Unifimes). Email: d.williams18@hotmail.com; joaovitorsilvaferreira1@gmail.com.

² Mestra em Saúde Coletiva (UFMT). Docente efetiva do Centro Universitário de Mineiros (Unifimes). E-mail: juliana.guabiroba@fimes.edu.br

De acordo com Netto (2004) o envelhecimento, não se caracteriza por pessoas doentes ou com algum tipo de enfermidade. Tanto, que algumas doenças são desenvolvidas ao longo da vida, levando em conta processos sociais e culturais, podendo ser agravados com o aumento da faixa etária, simplesmente pelo fato do organismo aumentar os processos de evolução da doença.

Com isso, o surgimento de diversas doenças crônicas degenerativas, ou seja, aquelas doenças particulares de cada indivíduo (não transmissíveis) e que não apresentam cura e sim tratamento, vem aumentando as dificuldades de idosos de realização nas diversas atividades básicas de vida diária (ABVD), por incapacidade funcional ou dores em regiões específicas, prejudicando a qualidade de vida desses idosos (FELIPE, 2011).

Ainda segundo Felipe (2011), as doenças crônicas degenerativas, são classificadas em: (doenças cardiovasculares, doenças respiratórias, doenças osteomusculares, doenças neuropsiquiátricas, diabetes mellitus e hipertensão arterial sistêmica). Existem, alguns fatores que classificam as doenças crônicas degenerativas, podendo ser eles, modificáveis (hipertensão arterial, diabetes mellitus, tabagismo, sedentarismo, obesidade, colesterol, etc.), e as não modificáveis como (sexo, idade e raça) (CASADO, 2009).

As doenças crônicas degenerativas, como já apresentado aqui, se desenvolvem em decorrência, principalmente, de hábitos nada saudáveis durante a vida do indivíduo e causando assim diversos prejuízos futuramente e de forma permanente para a vida do mesmo. Portanto, é de suma importância a exposição cada vez maior deste tema, para que profissionais da área da saúde tenham acesso a informações relevantes sobre a promoção da saúde, diante da importância de manter uma vida de hábitos saudáveis, prevenindo diversas doenças que possam surgir pela falta de informações da população em geral.

Diante do exposto, a produção de estudos desse gênero, tem o intuito de levar informações a respeito da importância da prevenção de doenças específicas para que essas não venham a se tornar um transtorno na vida da pessoa quando idosa, possibilitando uma vida mais ativa até a terceira idade, onde o indivíduo provavelmente terá mais necessidades do auxílio de outras pessoas para desenvolver atividades básicas de vida diária, se não conseguir se manter uma pessoa independente e com melhor qualidade de vida, o que seguramente tem mais possibilidade de ocorrer se houver a manutenção de hábitos saudáveis ao longo da vida.

A partir dessas considerações, o presente estudo teve como objetivo identificar a prevalência de doenças crônicas degenerativas em idosos frequentadores Cras, (Centro de Referência de Assistência Social) da região do bairro Leontino de Mineiros – GO.

Uma vez que, esses idosos participam do projeto de extensão intitulado Treinamento Funcional Unifimes, realizado por docentes e discentes do curso de Educação Física, é essencial conhecer o perfil das morbidades crônicas que esse grupo possui, para que as atividades desenvolvidas no projeto de extensão possam atender as especificidades desse público em específico.

Metodologia

Esta pesquisa é do tipo descritiva, que teve como análise, variáveis quantitativas para mensuração dos dados. O público alvo deste estudo, foram os idosos que frequentam as atividades regulares duas vezes por semana no Cras. A amostra foi constituída por dezessete idosos, dos quais, 14 participaram do estudo, sendo que três idosos não participaram, uma delas por não atender o critério mínimo de saber responder as perguntas, pois possuía deficiência intelectual, e duas não responderam a entrevista.

Esses dados, foram coletados a partir de encontros semanais que ocorrem no próprio local, do projeto de extensão de Treinamento Físico e funcional, realizado pelo curso de Educação Física do Centro Universitário de Mineiros. Os participantes foram investigados, a partir de uma anamnese inicial pré - estruturada em forma de entrevista. Para a aplicação e coleta destes dados, foram necessários o auxílio de professores e estudantes de Educação Física, da Unifimes (Centro Universitário de Mineiros). Os dados foram analisados por meio de estatística descritiva com apresentação de frequências absolutas em relação as patologias estudadas.

Para garantir as questões éticas relacionadas a pesquisa com seres humanos, os participantes foram informados dos objetivos a partir dos dados coletados, sendo que o presente projeto de extensão é um projeto aprovado Institucionalmente e autorizado a realização do mesmo no Cras pela secretária de Ação Social do Município de Mineiros

Resultados e discussão

Os entrevistados, apresentaram as seguintes manifestações de doenças, 7,14% colesterol, 14,3% diabetes mellitus, 78,6% hipertensão arterial e 43% apresentaram algum tipo de doenças osteoarticulares ou osteomusculares sendo elas (osteoporose, artrite ou artrose), nenhum dos entrevistados faz uso de qualquer substância química (álcool ou cigarro).

De acordo, com Santos *et al* (2014) 80% dos idosos acima de 60 anos, tem pelo menos uma das doenças crônicas degenerativas, e 10% pelo menos cinco dessas doenças. Ainda de acordo com mesmo autor, relata em seus dados coletados (resultados) que, “entre 120 idosos 28,3% (n=34) idosos, apresentam diabetes mellitus, 60,8% (n=73) são acometidos por hipertensão arterial sistêmica e 56,7% (n=68) apresentam alguma outra doença diagnosticada” (SANTOS, at. al, 2014, p.04).

Segundo Pucci et al (2012) no Brasil, se tem indícios de que em média de 50% da população com idades entre, 60-69 anos apresentam diagnóstico de hipertensão arterial, e com o avanço da idade dessa população e a falta de cuidados com a saúde, esses números podem aumentar, podendo chegar á 75% em idosos com idades superiores a 70 anos.

Outros autores, afirmam a importância da presença de vitamina D no organismo, para que ocorra uma normal absorção do cálcio, fatores importantes para manutenção da saúde óssea. A dose indicada para idosos acima de 65 anos e que apresentam perda óssea, são de 1200 a 1500 mg de cálcio por dia (Yazbek, 2006).

Considerações Finais

Através do exposto neste estudo, pode-se analisar o quanto o surgimento de doenças crônicas degenerativas, afetam a qualidade de vida dos idosos, por estar relacionada a diversas incapacidades funcionais do organismo, o mantendo assim dependentes de outras pessoas a partir de um certo momento da vida. Nos resultados, podemos perceber o grande número de idosos com doenças crônicas osteomusculares, tornando real os riscos de quedas e novas lesões em pequenas atividades básicas de vida diária. O ser humano, pode evitar várias dessas doenças, pelo fato da grande parte delas serem modificáveis pelo próprio indivíduo ao longo da vida, com hábitos de vida saudáveis no dia-dia e práticas ativas fisicamente. Como foi apresentado, existe uma recomendação diária de cálcio ao indivíduo, principalmente aquele com saúde óssea prejudicada que são de 1200 a 1500 mg. E para que, esse cálcio seja ativado e absorvido pelo organismo de maneira adequada, é necessário também que ocorra a exposição ao sol, aumentando assim os níveis de vitamina D, fator determinante nesse evento.

Referências

CASADO, Letícia; VIANNA, Lucia; THULER, Luiz. **Fatores de risco para doenças crônicas não transmissíveis no Brasil: uma revisão sistemática.** Revista Brasileira de Cardiologia. Rio de Janeiro. p. 379-388. 2009.

DIAS, Juliana; SENA, Cristina; PINTO, Paulo; SOUZA, Luciene. **Ser idoso e o processo do envelhecimento: saúde percebida.** Juiz de Fora. p. 372-379. abr/jun. 2011.

FELIPE, Lais; ZIMMERMANN, Anita. **Doenças crônicas degenerativas em idosos: dados fisioterapêuticos.** Fortaleza. p. 221-227. jul/set. 2011.

FREITAS, Elizabete; PY, Ligia. **Tratado de geriatria e gerontologia.** Rio de Janeiro. Guanabara Koogan. 2016.

NETTO, Francisco. **Aspectos biológicos e fisiológicos do envelhecimento humano e suas implicações na saúde do idoso.** Goiânia. p. 75-85. mar. 2004.

PUCCI, Nicole; PEREIRA, Márcia; VINHOLES, Daniele; PUCCI, Paolla; CAMPOS, Naique. **Conhecimento sobre a hipertensão arterial sistêmica e adesão ao tratamento anti-hipertensivo em idosos.** Revista brasileira de cardiologia. p.322-329. Tubarão. jul/ago. 2012.

SANTOS, Jacqueline Silva; TOMAZ, Alecsandra Ferreira; PEREIRA, Luandra; SANTOS, Lucas Barreto Pires; SILVA, Maria Valdenize Melo da. **Prevalência das doenças crônico-degenerativas não transmissíveis em gerontes de grupos de convivência.** p.04.

SCHNEIDER, Rodolfo; IRIGARAY, Tatiana. **O envelhecimento na atualidade: aspectos cronológicos, biológicos, psicológicos e sociais.** p. 585-593. Campinas. 2008.

YAZBEK, Michel; NETO, João. **Osteoporose e outras doenças osteometabólicas no idoso.** Campina. 2006.