

## Osteoporose e quedas em idosos, o preço do envelhecimento

O aumento da expectativa de vida deu um salto nos últimos 50 anos no Brasil. De acordo com o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), a população brasileira ultrapassou 200 milhões de pessoas. Saúde, conhecimento, amigos e boas condições financeiras são fatores que melhoraram o tempo de vida do brasileiro. O grupo etário com maior crescimento é o de pessoas na faixa dos 60 anos em diante.

“Até 2050 teremos um aumento de quase quatro vezes da população global. No caso da população com 60 anos ou mais, este aumento será de cerca de 10 vezes. Na faixa dos 80 anos, esse aumento sobe para 26 vezes”, explica o gerontólogo Alexandre Kalache, presidente do Centro Internacional da Longevidade Brasil (ILC-BR).

Entretanto, o aumento da longevidade trouxe mudanças nas enfermidades relacionadas ao envelhecimento. Duas delas são apontadas na tese de doutorado defendida na Faculdade de Ciências Médicas (FCM) da Unicamp pela fisioterapeuta Iara Guimarães Rodrigues: a osteoporose e as quedas.

A osteoporose é um distúrbio caracterizado pela diminuição da densidade mineral óssea levando a um maior risco de fraturas. Há a osteoporose pós-menopausa e

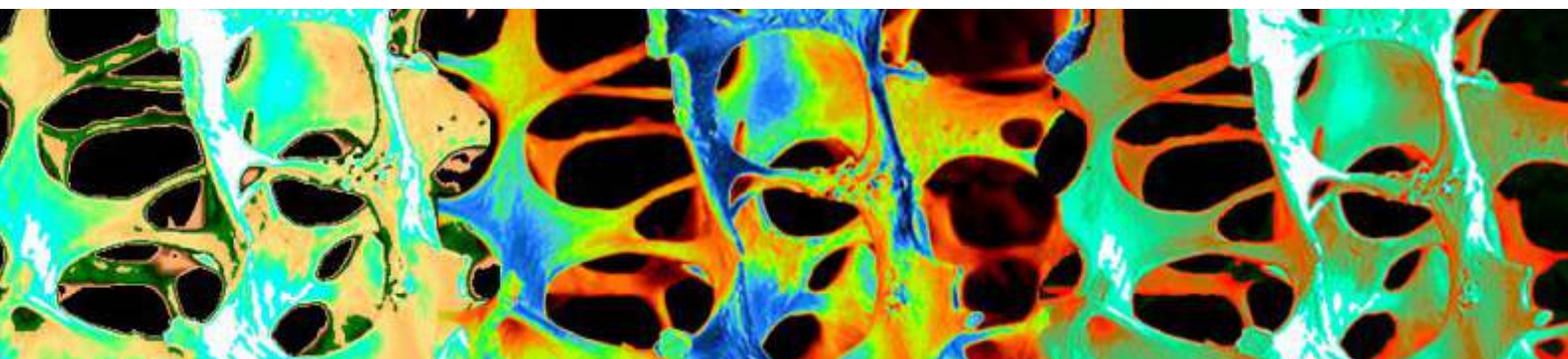
a senil, relacionada ao envelhecimento. No Brasil, a estimativa é de que aproximadamente 10 milhões de brasileiros sofram com osteoporose, de acordo com dados do Ministério da Saúde.

“Com o avanço da idade, declinam-se a flexibilidade, o equilíbrio e a independência de movimentos. A queda é um evento acidental, que se dá em decorrência da perda do equilíbrio postural, podendo estar relacionada à insuficiência súbita dos mecanismos neurais e osteoarticulares. E a osteoporose pode aumentar o risco de ocorrência de quedas”, explica Iara Guimarães Rodrigues.

A pesquisadora obteve os dados a partir do Inquérito Domiciliar de Saúde ISACAMP 2008. No período de fevereiro de 2008 a abril de 2009, entrevistas foram aplicadas em três mil domicílios de Campinas com idosos na faixa etária de 60 anos ou mais. As informações foram coletadas por meio de um questionário estruturado em 14 blocos temáticos por pesquisadores treinados pelo Centro Colaborador em Análise de Situação de Saúde (CCAS), ligado ao Departamento de Saúde Coletiva da FCM da Unicamp.

Duas questões modelaram os dados apontados pela tese: “Qual foi o principal acidente nos últimos 12 meses?” e “Algum médico ou outro profissional da saúde já disse que você tem osteoporose?”

“Analisamos as respostas de mais de 1.400 idosos que participaram da pesquisa. Os resultados foram desmembrados em três artigos, sendo um deles publicado na Revista Brasileira de Epidemiologia e outro no jornal Health”, diz.



## Osteoporose

Da população estudada, 14,8% disseram ter o diagnóstico de osteoporose, sendo 22,8% em mulheres e 4,4% em homens. Nos indivíduos com idade igual ou superior a 80 anos, a prevalência de osteoporose foi duas vezes maior que a do segmento de 60 a 69 anos.

A pesquisa apontou também a prevalência de osteoporose em 19,1% dos idosos com menos de sete horas de sono e 17,7% em idosos com sobrepeso.

O reumatismo, a artrite e a artrose aparecem associados à osteoporose em 31,9% dos idosos entrevistados. Em seguida vem a asma, a bronquite, o enfisema e a tendinite para 28,8% dos idosos com osteoporose.

## Quedas em idosos

No Brasil, mais de um terço dos idosos com 65 anos ou mais é vítima de queda, anualmente. Essa proporção aumenta para 32% a 42% entre aqueles com mais de 70 anos, atingindo 50% nas pessoas com idade igual ou maior que 80 anos. Segundo dados do Ministério da Saúde, em 2011, foram registradas 10.788 mortes

decorrentes das quedas, sendo 7.116 com pessoas na faixa dos 60 anos ou mais. Estima-se que o Sistema Único de Saúde (SUS) tenha gasto, aproximadamente, R\$ 57,61 milhões com internações decorrentes das quedas em 2009.


Os dados de 1.520 idosos foram analisados. Da população estudada, 59,5% eram do sexo feminino e tinham idade média de 69,9 anos. A queda como o principal acidente sofrido nos últimos 12 meses foi relatada por 6,5% dos entrevistados.

O local mais frequente da queda foi o próprio domicílio do idoso para 64% dos entrevistados. O segundo lugar foi a rua, para 26%. Entre os idosos que sofreram quedas nos últimos 12 meses, 56,7% tiveram suas atividades habituais limitadas, dos quais 57,4% por três dias ou mais; 58,6% ficaram acamados e 71,2% receberam assistência médica em decorrência da queda.

A ocorrência de quedas mostrou-se crescente com o aumento da idade. De acordo com os dados da pesquisa, a queda foi 2,5 vezes mais frequente nos idosos com 80 anos, se comparado aos idosos entre 60 a 69 anos. A tontura foi o problema de saúde associado à ocorrência de quedas por 14,1% dos idosos. Sofrer de insônia também foi identificado como fator associado à ocorrência de quedas para 10,7% dos entrevistados. Outro fator apontado pela pesquisa associado às quedas foi o transtorno mental comum, relatado por 11,1% dos idosos.

Em relação aos medicamentos, verificou-se que quanto maior o número de medicamentos utilizados, maior a prevalência de quedas. Outro dado que

aparece na pesquisa é sobre a associação entre a utilização de bengala ou andador e a ocorrência de quedas nos idosos entrevistados.

“Este resultado é atribuído às perdas progressivas de equilíbrio e de alterações na massa muscular e óssea, que ocorrem com o processo de envelhecimento. Os resultados apresentados podem contribuir para o planejamento de políticas públicas e programas de saúde voltados para o controle da osteoporose e da ocorrência de quedas, bem como a promoção do envelhecimento saudável e com qualidade de vida”, reforça Iara. 

**Tese:** Osteoporose, quedas e qualidade de vida em idosos: estudo de base populacional no município de Campinas-SP

**Autora:** Iara Guimarães Rodrigues

**Orientadora:** Marilisa Berti de Azevedo Barros

Área de concentração em Saúde Coletiva

**Texto:** Edimilson Montalti