

Modalidade do trabalho: Ensaio teórico
Evento: XX Jornada de Pesquisa

A IMPORTÂNCIA DA AVALIAÇÃO DE FRAGILIDADE EM IDOSOS¹

Carolina Baldissera Gross², Evelise M. Berlezi³, Adriane C. B. Kolankiewicz⁴, Andressa R. Pagno⁵.

¹ O presente trabalho compõe a pesquisa intitulada “Saúde do idoso na Atenção Primária”, vinculada ao Programa de Pós Graduação Stricto Sensu Atenção Integral à Saúde (UNIJUI/UNICRUZ)

² Psicóloga, aluna do Programa de Pós – Graduação Stricto Sensu Atenção Integral à Saúde (UNIJUI/ UNICRUZ), bolsista PROSUP/CAPES.

³ Fisioterapeuta, doutora em Gerontologia Biomédica (PUCRS). Docente do Programa de Pós – Graduação Stricto Sensu Atenção Integral à Saúde (UNIJUI/ UNICRUZ).

⁴ Enfermeira, doutora em Enfermagem (USP). Docente do Departamento de Ciências da Vida (UNIJUI).

⁵ Farmacêutica, aluna do Programa de Pós-Graduação Lato Sensu em Gestão e Atenção Farmacêutica (UNIJUI).

Introdução

Em todo o mundo, atualmente, observa-se a diminuição das taxas de fecundidade e o aumento nas expectativas de vida, desencadeando um fenômeno denominado Envelhecimento populacional. Tal fenômeno leva ao incremento das condições crônicas de saúde em decorrência do aumento dos riscos de exposição aos problemas crônicos (Mendes, 2011).

Somente poderemos considerar o prolongamento da vida como uma real conquista na medida em que estes anos a mais sejam vividos com qualidade de vida (Veras, 2009). As condições crônicas de saúde implicam grandes efeitos adversos na qualidade de vida dos indivíduos, causando mortes prematuras, e efeitos econômicos negativos para as famílias, as comunidades e os países (Mendes, 2011). Segundo dados da OMS, as doenças crônicas e os distúrbios mentais representam 59% do total de óbitos no mundo (OMS, 2003).

No Brasil, a transição demográfica, e como efeito a transição epidemiológica, apresenta-se de maneira acelerada, levando a transformações na pirâmide etária da população – o formato triangular, com base alargada observada nos anos 2000 transforma-se em uma pirâmide com base superior mais larga, típica de sociedades envelhecidas (Mendes, 2011), como podemos observar nos gráficos a seguir:

Modalidade do trabalho: Ensaio teórico
Evento: XX Jornada de Pesquisa

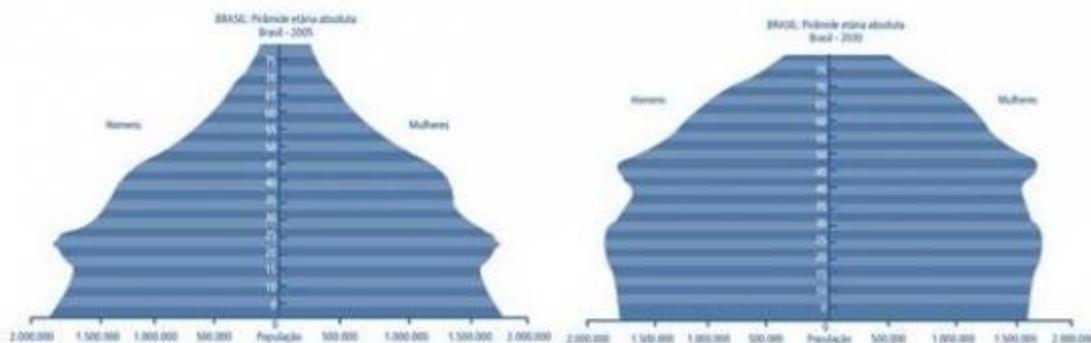


Gráfico 1 - Pirâmides etárias da população brasileira, anos 2005 e 2030. Fonte: (Mendes, 2011)

A situação epidemiológica mundial e, mais especificadamente, brasileira leva muitos profissionais e pesquisadores lançar olhares a temas antes pouco discutidos relativos ao envelhecimento humano.

O envelhecimento dito normal apresenta um padrão de declínio físico e cognitivo compatível com diminuição das reservas de energia, desregulação neuroendócrina, declínio da função imune, redução da resistência aos estressores e perdas em velocidade psicomotora e cognitiva. Sobre esse processo de envelhecimento do ser humano incidem estilos de vida, efeitos acumulativos da exposição a riscos socioeconômicos e biológicos ao longo de sua vida (Neri, 2013).

A fragilidade por um longo período foi encarada como sinônimo de envelhecimento, tal associação passou a ser questionada a partir das seguintes premissas (a) nem todas as pessoas com declínio funcional são frágeis; (b) nem todas as pessoas frágeis apresentam declínio funcional e (c) medidas preventivas parecem interferir na instalação dessa síndrome. Este questionamento levou a gradual substituição do conceito “ser frágil” pela condição de “tonar-se frágil” (Brasil, 2006).

Metodologia

O presente trabalho caracteriza-se como uma pesquisa bibliográfica e compõe uma pesquisa na qual um dos objetivos da pesquisa é a avaliação de fragilidade em idosos, adscritos às Estratégias de Saúde de um município de médio porte, localizando no Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul.

É de fundamental importância para a realização da pesquisa e posterior divulgação do estudo, destacar a importância de tal avaliação. Neste sentido foi desenvolvido o presente trabalho.

A pesquisa bibliográfica é caracterizada como “um conjunto ordenado de procedimentos de busca por soluções, atento ao objeto de estudo” (Miotto, et al., 2007), meio escolhido para o presente trabalho por apresentar possibilidades de respostas as seguintes questões: O que é a fragilidade? Como identificar a fragilidade em idosos? E quais são as consequências da fragilidade na saúde dos idosos?

Resultados e Discussão

A fragilidade

Não há um consenso na definição da fragilidade no processo de envelhecimento. Segundo documento do Ministério da Saúde, a fragilidade constitui-se em:

Modalidade do trabalho: Ensaio teórico
Evento: XX Jornada de Pesquisa

“uma síndrome multidimensional envolvendo uma interação complexa dos fatores biológicos, psicológicos e sociais no curso de vida individual, que culmina com um estado de maior vulnerabilidade, associado ao maior risco de ocorrência de desfechos clínicos adversos - declínio funcional, quedas, hospitalização, institucionalização e morte.” (Brasil, 2006).

Freid e seus colaboradores definem a fragilidade como uma síndrome clínica com origem no processo de declínio típico da senescência, o que é caracterizado por diminuição das reservas de energia, desregulação neuroendócrinas, declínio da função imune e redução da resistência aos estressores, estas condições são dependentes de variações gênicas expressas em estresse oxidativo, perdas mitocondriais, encurtamento de telômeros, danos ao DNA e envelhecimento celular (Fried, 2001).

Alguns profissionais de saúde consideram a fragilidade como uma condição intrínseca do envelhecimento (Brasil, 2006). Tal perspectiva, não considera a atenção preventiva, levando ao estabelecimento de consequências adversas da síndrome, as intervenções tendem a ser tardias, com potencial mínimo de reversão (Brasil, 2006) e recuperação.

Objetivando o compromisso de ações que aumentem a expectativa de vida saudável e livre de incapacidades, é de fundamental importância o estabelecimento de critérios que identifiquem as pessoas idosas que se encontram em condições subclínicas da síndrome ou com a síndrome já instalada (Brasil, 2006) para o estabelecimento de ações condizentes com a condição do idoso.

O fenótipo de fragilidade

O grupo de pesquisa de Fried (Fried, 2001) propõem um fenótipo relacionado à fragilidade, contendo sinais e sintomas específicos que são indicadores de vulnerabilidade aumentada. Destes são destacados cinco possíveis de serem facilmente mensurados, são eles:

Perda de peso não intencional: no último ano \geq a 4,5 Kg ou a 5% do peso corporal.
Fadiga: auto referida nos sete dias anteriores à entrevista.
Baixa força de preensão: avaliada com dinamômetro, pela média de três medidas consecutivas de força de preensão manual, e ajustes para ICM e gênero.
Lentidão da marcha: avaliada pela média de três medidas consecutivas do tempo que o idoso gasta para percorrer 4,6 m no plano e em passo usual, com ajustes para altura e gênero.
Baixa taxa de gasto calórico semanal: em exercícios físicos e atividades domésticas.

Tabela 1 - Indicadores para avaliação de Fragilidade. Fonte: adaptado de (Fried, 2001)

A partir da avaliação do fenótipo de fragilidade, os idosos são classificados, em:

Não-frágeis	Inexistência de componentes do fenótipo de fragilidade
Pré-frágeis	Presença de 1 ou 2 componentes do fenótipo de fragilidade
Frágeis	Presença de 3 ou mais componentes do fenótipo de fragilidade

Tabela 2 – Classificação de Fragilidade. Fonte: adaptado de (Fried, 2001)

Modalidade do trabalho: Ensaio teórico
Evento: XX Jornada de Pesquisa



Figura 2 – Dinâmica da Fragilidade. Fonte: (Brasil, 2006).

Conclusão

O envelhecimento populacional apresenta o desafio de fortalecer práticas de prevenção e promoção de saúde, visando o envelhecimento ativo e livre de dependências. Identificar precocemente condições de saúde que possam desencadear fragilidades e incapacidades em idosos é de suma importância, visto que, neste nível é possível adotar medidas de intervenções específicas que contribuam para a eliminação ou o postergamento desse processo (Brasil, 2006).

A adoção da avaliação do fenótipo de fragilidade proposta por Fried (Fried, 2001) é indicada pelo Ministério da Saúde (Brasil, 2006) por ser de fácil aplicação e não necessitar de um especialista para sua realização, ou seja, qualquer profissional de saúde, sensibilizado para a importância da detecção precoce e conhecendo o método tem condições de avaliar o fenótipo de fragilidade dos idosos contribuindo para o adiamento ou não instalação da síndrome.

Palavras-chave: idoso, fragilidade, saúde.

Agradecimentos: UNIJUI e CAPES

Referências Bibliográficas

Fried Linda P. Frailty in Older Adults: Evidence for a Phenotype. *Journal of Gerontology: MEDICAL SCIENCES*. Vol. 56A, No. 3, M146–M156, 2001.

Mendes Eugênio Vilaça As redes de atenção à saúde. - Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde, 2011.

Mioto Telma Cristiane Sasso de Lima e Regina Célia Tamasso e Lima e Mioto Procedimentos metodológicos na construção do conhecimento científico: a pesquisa bibliográfica. *Revista Katál*. - Florianópolis. v. 10 n. esp. p. 37-45, 2007.

Neri Anita Liberalesso Fragilidade e qualidade de vida na velhice. In: *Fragilidade e qualidade de vida na velhice*. - Campinas, SP. Alínea, 2013.

OMS ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE Cuidados inovadores para condições crônicas: componentes estruturais de ação. Brasília, Organização Mundial da Saúde, 2003.

Saúde. Brasil. Ministério da Envelhecimento e saúde da pessoa idosa. Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica – Brasília, 2006.

Modalidade do trabalho: Ensaio teórico
Evento: XX Jornada de Pesquisa

Veras Renato Envelhecimento populacional contemporâneo: demandas, desa#64257;os e inovações. Revista de Saúde Pública . 2009. 43(3):548-54.