PRESENÇA DE QUEDA E AVALIAÇÃO DO PERÍMETRO DA PANTURRILHA EM IDOSOS NO INTERIOR DE MATO GROSSO

GABRIELLA GOMES PEREIRA; HELLEN CAMILA MOREIRA GONÇALVES, PRISCILLA NICÁCIO DA SILVA, IZABELLA CHRYSTINA ROCHA

RESUMO

Este estudo investigou a presença de queda e a avaliação do perímetro da panturrilha em idosos assistidos pela Atenção Primária à Saúde de um município do Médio Araguaia. Trata-se de um estudo transversal, de natureza descritiva e quantitativa, com a coleta de dados realizada entre maio e agosto de 2023, contemplando uma amostra de 80 idosos. Os resultados revelaram que não houve predomínio do sexo, ou seja, 50% eram do gênero feminino e 50% eram do gênero masculino. Do total de idosos, 77,5% sofreram quedas ao menos uma vez na fase idosa e em relação a avaliação da panturrilha esquerda, 11,3% dos idosos apresentaram perímetro da panturrilha <31 cm, 45,3% perímetro de 31-34 cm e 42,5% com registro de perímetro de panturrilha superior a 35 cm, a medida do perímetro da panturrilha é um parâmetro para avaliação da massa muscular no idoso. Os achados demonstraram que a prevalência de quedas nos idosos foram significativas e que a possibilidade de uma medida do perímetro da panturrilha menor que 31 cm pode ser um dos fatores de risco para a presença de quedas nos idosos. Ainda, destaca-se a importância de considerar outros fatores de risco de quedas em idosos, além dos cuidados necessários para prevenir o evento com foco na maior qualidade de vida a essa população vulnerável.

Palavras-chave: Idoso; Atenção Primária a Saúde; Quedas; Sarcopenia

1 INTRODUÇÃO

A senescência, um processo intrínseco de envelhecimento natural, manifesta-se por meio de alterações no organismo que acompanham a evolução do corpo e o envelhecimento dos sistemas, não estando associada a nenhuma patologia específica (Cunha,2021).

Segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), até 2060 a população de idosos marcará um índice de 73 milhões de idosos, chegando a expetativa de vida até os 81,2 anos de idade IBGE,2020). Considerando os desafios de saúde enfrentados pela população idosa, que demanda uma atenção especial, destaca-se a queda como um dos principais agravantes de saúde para essa população (Cunha,2021).

A queda, no contexto de saúde, refere-se à perda não intencional da posição ereta, resultando no contato do corpo com a superfície em um nível inferior, devido ao resultado da combinação de problemas ambientais, tais como obstáculos espaciais, somado a condições clínicas de saúde. Assim, o risco de queda pode ser determinado por vários aspectos entre eles os intrínsecos que envolve as mudanças físicas como a perda de massa muscular, perda óssea e mentais associadas ao envelhecimento progressivo e também fatores extrínsecos como a polifarmácia e barreiras ambientais que elevam o risco de quedas nos idosos (Carneiro *et al*.,2022).

DOI: 10.51161/conbrasc2024/29199

A perda de massa muscular associada a diminuição da força são sinais indicativos de sarcopenia, sendo que esta condição no idoso aumenta o risco de quedas, fraturas e incapacidades físicas (Sávio *et al*., 2020). Para tanto, na Atenção Primária a Saúde- APS um instrumento importante de avaliação da pessoa idosa e a caderneta de Saúde da Pessoa Idosa-CSPI, que possibilita registrar e acompanhar as condições de saúde, hábitos de vida, vulnerabilidade e outras informações do idoso (BRASIL, 2018).

Contudo, é importante que seja realizado a avaliação adequada do idoso por meio de instrumentos simples e eficazes que possibilitem conhecer a saúde da pessoa idosa e por conseguinte implementar ações de prevenção, promoção, cuidados e reabilitação em qualquer momento, exercendo uma influência significativa na qualidade de vida desses indivíduos (Da Silva *et al*., 2023).

Assim, o propósito deste estudo foi investigar a presença de queda e avaliação medida do perímetro da panturrilha esquerda em idosos assistidos pela Atenção Primária à Saúde de um município do Médio Araguaia.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

Este estudo adotou uma abordagem transversal e descritiva, utilizando métodos quantitativos. A amostra consistiu em 80 idosos registrados na rede de atenção primária à saúde e residentes no município de Pontal do Araguaia-MT. A exclusão de participantes ocorreu mediante a não concordância em participar, confirmada pela assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

A coleta de dados foi realizada entre maio e agosto de 2023, empregando a plataforma de formulários "Google Forms" na sua versão gratuita. A pesquisadora conduziu a coleta, preenchendo o formulário de forma digital. O questionário foi baseado nas informações contidas na Caderneta de Saúde da Pessoa Idosa (CSPI), abordando os itens correspondentes 2.5 Dados antropométricos e 2.9 Quedas.

Para análise dos dados foi utilizado a estatística descritiva e o programa Excel. O estudo faz parte de um projeto maior, o qual foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Campus Universitário do Araguaia, Universidade Federal de Mato Grosso CAEE: 65680922.7.0000.5587 e número do parecer: 5.912.563.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Nos resultados da pesquisa, evidenciou-se uma prevalência significativa de quedas entre os participantes, pois 77,5% dos idosos relataram ter experimentado quedas em algum momento de suas vidas, enquanto 22,5% afirmaram nunca terem experimentado quedas, de acordo com a tabela 1.

Tabela 1: Identificação da prevalência de quedas em idosos do município de Pontal do Araguaia – MT,2023

Variáveis	**Frequência (N)**	**Porcentagem (%)**
Já sofreu alguma queda?		
Sim	62	77,5%
Não	18	22,5%
Total	80	100%

DOI: 10.51161/conbrasc2024/29199

A queda no idoso é considerado um problema de saúde pública, visto que seu desfecho muitas das vezes causam impactos na população idosa, pois pode causar períodos longos de hospitalizações que por conseguinte podem levar a incapacidades e óbitos desses idosos (Carneiro *et al*., 2022).

Uma pesquisa realizada com 157 idosos cadastrados em uma Unidade Básica de Saúde da Família na Paraíba, identificou que 58% da amostra relatou ter caído e destes 42% sofreu um a duas quedas (Sousa *et al.,*2022).

O gráfico 1, apresenta os resultados da avaliação do perímetro da panturrilha esquerda em centímetros, no qual verificou que 11,3% dos participantes apresentaram medidas inferiores a 31 cm, que de acordo com a CSPI é indicativo de ação, 46,3% registraram perímetro na faixa de 31 a 34 cm com indicativo de atenção e 42,5% dos idosos tiveram perímetro superiores a 35 cm, o que sugere acompanhamento de rotina conforme orientação estabelecida na CSPI. Esses dados fornecem uma visão abrangente da variação nas medidas do perímetro da panturrilha esquerda na amostra estudada.

Gráfico 1: Avaliação do perímetro da panturrilha(PP) esquerda conforme a caderneta de saúde da pessoa idosa.



Os resultados da pesquisa, demonstrou que houve uma elevada incidência de quedas entre os idosos, associada a somatória dos idosos com medida PP inferior a 31 cm e de 31-34 cm no total de 57,6% da amostra, uma vez que a redução da massa muscular na panturrilha esquerda é um parâmetro indicativo de possível sinal de sarcopenia.

A perda inicial de massa muscular está vinculada à diminuição de miócitos por apoptose, um fenômeno que se inicia a partir dos 45 anos. Desta forma, a sarcopenia apresenta uma relação direta com episódios de quedas, sendo que a redução da funcionalidade contribui para o aumento desses incidentes (Sávio *et al*.,2020).

Segundo a pesquisa conduzida por Cunha (2021), que analisou uma amostra de 223 idosos no Maranhão descreveu que 75,7% dos participantes apresentaram indícios sugestivos de sarcopenia e que 60,5% já haviam experimentado quedas, corroborando com os resultados encontrados nesta pesquisa atual.

De acordo com as diretrizes da EWGSOP (2010), a medida do perímetro da panturrilha está diretamente ligada à perda de massa muscular, sendo um dos indicadores para identificar a presença de sarcopenia; valores inferiores a 31 cm estão associados à manifestação da doença.

Portanto, é imprescindível e indispensável a avaliação multidimensional da pessoa idosa por meio de instrumentos que possibilitem a identificação da capacidade funcional, autonomia e vulnerabilidade desses idosos, visando proporcionar qualidade de vida (Araujo,2022).

DOI: 10.51161/conbrasc2024/29199

4 CONCLUSÃO

Conclui-se que, a avaliação do perímetro da panturrilha como parâmetro indicativo de sarcopenia emerge como um elemento significativo na compreensão e prevenção dos risco de quedas em idosos. Nesse estudo não pode-se afirmar que prevalência de quedas nos idosos foram relacionadas as medidas do PP, uma vez que se deve-se ser analisados outros fatores que podem levar o risco do evento.

Contudo, essa medida é um bom parâmetro de avaliação da massa muscular no idoso, ainda destaca-se que a identificação precoce de valores abaixo de 31 cm no PP, não apenas sinaliza a possibilidade de presença de sinais de sarcopenia, mas também permite a implementação de intervenções específicas como programas de exercícios físicos direcionados com o intuito da manutenção e fortalecimento da musculatura, contribuindo assim para a redução do risco de quedas e, consequentemente, promovendo uma melhor qualidade de vida para a população idosa.

REFERÊNCIAS

ARAUJO, Raiane Gabriela da Silva. Influência da sarcopenia na ocorrência de quedas em idosos. Universidade Federal do Maranhão. Maranhão,2022.

COELHO, Hugo Sávio et al. Capacidade Funcional, indicativos de sarcopenia, risco de quedas e qualidade de vida entre idosos institucionalizados, idosos praticantes e não praticantes de exercício físico. 2020.

CUNHA, Rafael Leite. Avaliação do risco e prevalência de quedas em idosos e sua relação com sinais sugestivos de sarcopenia. Universidade Federal do Maranhão. Campus Imperatriz, 2021.

DA SILVA, Jullya Passarelli Ferreira et al. Sarcopenia, queda e maus-tratos no contexto da síndrome do idoso frágil: uma revisão bibliográfica de literatura. **Brazilian Journal of Development**, v. 9, n. 1, p. 756-764, 2023.

GARCIA, Paola Gonçalves Leite et al. Sarcopenia e queda em idosos Sarcopenia and falling in the elderly. **Brazilian Journal of Development**, v. 8, n. 1, p. 2774-2779, 2022.

IBGE, Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Projeções da População do Brasil e Unidades da Federação por sexo e idade: 2010-2060 Rio de Janeiro: IBGE, 2020.

MEGIER, Bruna Schubert; BERLEZI, Evelise Moraes. Relação entre presença de critério de sarcopenia e histórico de quedas em idosos residentes na comunidade. **Salão do Conhecimento**, v. 7, n. 7, 2021.

OLIVEIRA, Tainá de Castro. Ponto de corte da circunferência da panturrilha no rastreio da sarcopenia em idosos comunitários do nordeste brasileiro: resultados do estudo PRO-EVA. 2020. Trabalho de Conclusão de Curso. Universidade Federal do Rio Grande do Norte.

CARNEIRO, Douglas Rafael da Cruz et al. Características relacionadas aos acidentes por queda em idosos atendidos na Atenção Hospitalar: revisão integrativa da literatura. **Saúde em Redes**. 2022; 8 (Supl1). DOI: 10.18310/2446-4813.2022v8nsup1p273-289

BRASIL, Ministério da Saúde. Caderneta de Saúde da Pessoa Idosa. Brasília: Ministério da Saúde, 2018, 5. ed.

SOUSA, Isabela Lohanny Pereira dos Santos et al. Quedas, medo de cair e capacidade funcional: panaroma de idosos adscritos em uma unidade de saúde da família. REME - **Rev Min Enferm**. 2022;26:e-1421.

DOI: 10.51161/conbrasc2024/29199