

PROGNÓSTICO DA SÍNDROME DA FRAGILIDADE EM IDOSOS BRASILEIROS, UMA REVISÃO DE LITERATURA.

Alice Chaves Miranda¹

Vanessa Mendes Ferreira²

Luiza Valadares e Pereira³

Vítor Guimarães Lage⁴

alicecm31@gmail.com

ÁREA DE CONHECIMENTO: Ciências da Saúde

RESUMO:

Têm-se o envelhecimento caracterizado como alterações desencadeadas no sistema fisiológico que geram diversos fatores, estes considerados um processo natural da vida, e, tais, mediante estudos, foram agrupados, tendo como denominação Síndrome da Fragilidade. De tal maneira, o objetivo do presente estudo é estruturar a cognição produzida acerca do prognóstico da Síndrome da Fragilidade em idosos brasileiros, identificando, assim, possíveis fatores associados e as estratégias utilizadas de prevenção e promoção da saúde. Foi realizado um estudo descritivo, de uma revisão bibliográfica, em citações e artigos, através da base de dados do Google Acadêmico, Scielo e revistas da área da saúde. Determina-se que a expectativa de vida tem aumentado cada vez mais, desencadeando preocupações governamentais, e, com isso, a temática abordada entra em pauta de forma abundante. Por fim, conclui-se que é necessário alavancar ações a respeito da temática para disseminação concreta das informações e melhoria na situação enfrentada por grande parcela da população idosa.

PALAVRAS-CHAVE: Prognóstico; Síndrome; Fragilidade; Idoso

INTRODUÇÃO

O envelhecimento é descrito como alterações no sistema fisiológico que desencadeiam o aparecimento de enfermidades associadas a fatores como contexto social e econômico, qualidade de vida, incluindo alimentação e prática de atividade física ao longo da vida, autocuidado, entre outros. (FERRAREZ *et al.*, 2020) Por ser um processo natural do desenvolvimento humano, sua análise deve ser ampla e

¹ Acadêmica do 4º período de Medicina, Centro Universitário Univértix - Matipó/MG

² Acadêmica do 4º período de Medicina, Centro Universitário Univértix - Matipó/MG

³ Acadêmica do 4º período de Medicina, Centro Universitário Univértix - Matipó/MG

⁴ Médico pela UFJF-GV (Universidade Federal de Juiz de Fora - Governador Valadares); Especialista em Medicina de Família e Comunidade pela SMS de Governador Valadares/MG; Professor do Centro Universitário Univértix - Matipó/MG

multidimensional, incluindo avaliações funcionais, cognitivas, psíquicas, nutricionais e sociais, através de uma equipe multiprofissional, que ofereça um cuidado equânime, integral e humanizado a esses pacientes, priorizando sua autonomia e independência no ambiente em que vive. (FERRAREZ *et al.*, 2020)

Os estudos mostram que as incapacidades apresentadas pelos idosos, em uma análise longitudinal, percorrem muitas vezes os mesmos caminhos, como a diminuição da massa e da força muscular, exaustão, alteração da marcha e do equilíbrio, anorexia e perda de peso progressiva. Essa similaridade fez com que surgisse uma tentativa de agrupar essas características, as quais denominaram como Síndrome da Fragilidade (SF), se tornando um indicador importante da condição de saúde do idoso. (FERRAREZ *et al.*, 2020)

Os achados sobre fragilidade são relativamente recentes, considerando que, desde sua concepção, por Fried *et al.* (2001), várias pesquisas analisaram marcadores diferentes para seu diagnóstico, dificultando assim uma avaliação comparativa, tornando sua definição inespecífica. Esses resultados variáveis predis põem então uma prática clínica dos profissionais envolvidos nos cuidados aos idosos direcionada às prioridades individuais de cada indivíduo, objetivando prevenção e controle do processo de fragilidade desses pacientes. (DA SILVA NETA *et al.*, 2021)

Diante do exposto, este presente estudo tem como objetivo sistematizar o conhecimento produzido acerca do prognóstico da Síndrome da Fragilidade em idosos brasileiros, identificando os possíveis fatores associados e as estratégias utilizadas de prevenção e promoção da saúde. Possui uma relevância de cunho social, prezando por uma qualidade de vida digna, além do bem estar dos mesmos, sendo plausível para melhora nos indicadores a respeito das influências causadas.

METODOLOGIA

Trata-se de uma pesquisa de revisão bibliográfica pura e qualitativa, que segundo Leles, Melo e Ramos (2019), é catalogado como um estudo que oferece

sustento para a tomada de atitudes e melhorias nas atividades rotineiras, concedendo aprofundamento em certa temática, sendo, então, um modo de pesquisa fundamental, visto a dimensão da importância na qualidade da assistência oferecida.

Dessa forma, as buscas foram feitas mediante um levantamento bibliográfico, realizado através da base de dados do Google Acadêmico e SciELO, em revistas, como, Revista Brasileira de Epidemiologia, Revista de Saúde Pública, Revista Latino-Americana de Enfermagem, entre os anos de 2017 e 2022, com o intuito de compreender as questões a respeito dos idosos brasileiros corroborando com o prognóstico da Síndrome da Fragilidade.

Sendo assim, a busca foi realizada nos presentes descritores: Prognóstico; Síndrome; Fragilidade; Idoso. Como critérios de inclusão foram considerados artigos dos últimos cinco anos. Foram excluídos trabalhos em outros formatos textuais, como livros, cadernos e que não apresentavam como assunto principal a temática abordada. Os dados foram pesquisados entre o período de março a maio de 2022, com auxílio dos descritores.

RESULTADO E DISCUSSÕES

A expectativa de vida da população brasileira aumentou nos últimos anos, desencadeando maior preocupação da sociedade e do governo para lidarem com as novas características sociais, adotando medidas que atendam esse público e auxiliem na manutenção dessa longevidade. Ao envelhecer, nota-se alterações não somente relacionadas à aspectos físicos, mas também associadas ao sistema fisiológico. Nessa fase da vida é comum queixar-se de fadiga e falta de ar, maior desidratação, pele fina, seca e enrugada, maior risco de quedas, aumento do volume urinário, lentidão ao reagir e responder, além de alterações no olfato, visão, audição e paladar. (DE SOUZA *et al.*, 2021)

De acordo com a Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa (PNSPI), a fragilidade no idoso é caracterizada como um suposto estado clínico multifatorial, que contribui no comprometimento da força e resistência muscular, causando prejuízos em suas funções fisiológicas e provocam maior dependência do idoso aos demais familiares. Além disso, a PNSPI explicita que essa parcela da população está entre os mais frágeis e são então prioridade no grupo populacional com maior vulnerabilidade. (DE SOUZA *et al.*, 2021)

A Síndrome da Fragilidade é definida como a perda da autonomia que os idosos apresentam na realização das atividades cotidianas, além da vulnerabilidade aos estressores externos e do comprometimento na capacidade homeostática do organismo. A identificação desses possíveis fatores é de grande importância para estabelecer estratégias de prevenção e promoção de saúde. (PAIVA *et al.*, 2021)

De acordo com Paiva *et al.* (2021), algumas das medidas para um prognóstico favorável incluem ações de prevenção, alimentação balanceada, suspensão do tabagismo e uso de álcool, uso correto de medicamento, manutenção da atividade física, suplementação hormonal, entre outras mudanças nos hábitos de vida necessárias a cada paciente. Além disso, deve-se realizar o tratamento e acompanhamento adequado das doenças crônicas e agudas, evitando assim a evolução do quadro clínico. Os idosos têm maior tendência a manifestar doenças simultâneas e associadas, podendo comprometer significativamente a sua qualidade de vida.

Durante a fase de envelhecimento, ocorre uma diminuição das funções fisiológicas e da homeostase corporal, alterações que afetam diretamente a relação dos idosos com as demandas da vida diária. Tais mudanças podem acarretar a perda da independência e da autonomia dessa população, que resulta em desvantagens na qualidade de vida senil, aumento da vulnerabilidade e de gastos com recursos médicos e até a mortalidade quando o indivíduo é exposto a eventos estressores. (MIYAMURA *et al.*, 2019)

Conforme BARBOSA (2017), a Síndrome da Fragilidade apresenta prevalência em alguns grupos sociais, sendo esta associada ao sexo, idade, número de hospitalizações contínuas, capacidade funcional e a autopercepção da saúde. Portanto, inúmeros são os fatores que podem influenciar na condição frágil da população idosa, questão que corrobora o conceito de síndrome clínica multifatorial.

Perante o exposto, é válido analisar o estudo quantitativo longitudinal desenvolvido por acadêmicos da Universidade de São Paulo e descrito por FHON et al. (2018). O objetivo da pesquisa é determinar a influência da saúde e de fatores demográficos na Síndrome da Fragilidade em idosos do município de Ribeirão Preto. Para a realização, participaram 262 voluntários acima de 65 anos de idade e de ambos os sexos. Os resultados demonstraram que há um predomínio dessa enfermidade nos indivíduos do sexo feminino, dos grupos etários mais avançados e naqueles que não possuem companheiros.

A faixa etária é um fator causal da fragilidade em decorrência do estresse oxidativo modulado por agentes endógenos e exógenos. Tais agentes alteram a oxigenação celular, provocando modificações ao DNA e consequentes variações celulares, como a desregulação no processo inflamatório, apoptose, necrose e proliferação. Essas mudanças fisiológicas ocasionam prejuízos que podem ser analisados em casos de sarcopenia e fragilidade. (FHON et al., 2018)

A Síndrome da Fragilidade pode ser analisada, também, como um emblema psicossomático, uma vez que idosos diagnosticados com transtornos psicológicos, a exemplo da depressão, tendem a ficar mais indispostos para realizarem atividades cotidianas, o que contribui para que o ciclo da fragilidade persista. (BARBOSA, 2017) Esta mesma ideia foi enunciada por FHON et al. (2018), o qual comprovou, através de seu estudo supracitado, que idosos sem companheiros estão mais suscetíveis à fragilidade, tendo em vista que as relações sociais e familiares são efeitos protetores que estimulam o idoso à participação comunitária.

A longevidade maior no sexo feminino exprime umas das razões para as idosas serem o grupo mais acometido por variadas doenças, incluindo a síndrome. Esse perfil é validado por fatores intrínsecos, pois, quando comparadas aos homens, as mulheres apresentam menor força muscular, quantidade de massa magra reduzida e diminuição dos níveis hormonais. Quanto aos fatores extrínsecos, estes estão associados à maior disposição e vulnerabilidade de idosas desenvolverem alterações musculoesqueléticas, a exemplo da sarcopenia. (DE SOUSA, et al., 2021)

É válido ressaltar que, apesar de o envelhecimento indicar condições fisiopatológicas de pré-fragilidade, não é correto afirmar que todos os longevos serão frágeis ou predispostos a desenvolver o quadro. Entretanto, a predominância de idosos em situação pré-frágil é uma questão que implica o agravamento e fragilização da saúde da maioria dessa população. (BARBOSA, 2017)

A prevenção da Síndrome da Fragilidade baseia-se, essencialmente, na realização de atividades físicas e fisioterápicas, suplementação hormonal e alimentar e hábitos de vida saudáveis. A suspensão do tabagismo, alimentação regular e variada, consumo reduzido de álcool e de drogas psicoativas e manuseio correto de medicamentos são exemplos de práticas que podem auxiliar no controle da enfermidade. (PAIVA, et al., 2021)

Entretanto, os profissionais da saúde devem atentar-se ao fato de que, apenas a suplementação alimentar não irá prevenir a fragilidade, sendo crucial a associação entre os exercícios físicos e a alimentação balanceada. Outra observação fundamental é que a suplementação hormonal não é comprovadamente eficiente para todos os casos de pacientes frágeis, com exceção da reposição de testosterona direcionada para idosos do sexo masculino que apresentem carência deste hormônio. Ademais, o tratamento adequado e rigoroso de doenças crônicas e agudas se torna indispensável para conter a evolução dos eventos ocasionados pela síndrome. (PAIVA, et al., 2021)

CONCLUSÃO

Diante dos estudos analisados nesta revisão, foi possível observar que a fragilidade é uma realidade vivenciada por muitos idosos brasileiros, os quais estão cada dia mais propensos a obtê-la em decorrência do crescimento demográfico no país e do aumento da expectativa de vida dessa comunidade. Além disso, é válido ressaltar que a Síndrome da Fragilidade é oriunda de um processo fisiológico natural do envelhecimento ou da diminuição da condição biológica que é potencializada por fatores intrínsecos e extrínsecos.

Ao elencar tais fatores e associá-los à prevalência desta enfermidade em grupos específicos, torna-se mais evidente a percepção dos sinais e sintomas multivariados que, majoritariamente, pacientes frágeis portam. Essas evidências, contidas na literatura, são capazes de simplificar a obtenção de diagnósticos precoces e contribuir para a atuação dos profissionais de saúde. Por conseguinte, tais práticas favorecerão o tratamento, avaliação e acompanhamento da população senil nos vários cenários de atenção à saúde.

Portanto, mediante os achados obtidos e as associações realizadas, é necessário o desenvolvimento de ações multidisciplinares para a promoção de qualidade de vida dos longevos. Com esse intuito, o manuseio de instrumentos de uso acessível na atenção básica de saúde e a capacitação dos profissionais que nela atuam são medidas cabíveis para mitigar a ocorrência dessa doença no Brasil. Outrossim, é mister que haja incentivo governamental, a exemplo da formulação e implementação de políticas públicas voltadas para a educação de adultos, a fim de fomentar a prevenção da doença nestes indivíduos.

REFERÊNCIAS

BARBOSA, Ma Keylla Talitha Fernandes. IDENTIFICAÇÃO DOS FATORES DE RISCO PARA O DESENVOLVIMENTO DA FRAGILIDADE NOS IDOSOS: UMA

REVISÃO INTEGRATIVA. Tese de Doutorado. CENTRO UNIVERSITÁRIO DE JOÃO PESSOA. 2017.

CHINI, Lucélia Terra et al. Fragilidade em idosos que vivem na comunidade: prevalência e fatores associados. **Medicina (Ribeirão Preto)**, v. 54, n. 3, 2021.

DA SILVA NETA, Ernestina Maria et al. PREVALÊNCIA E FATORES ASSOCIADOS À SÍNDROME DA FRAGILIDADE EM IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS: REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA PREVALÊNCIA E FATORES ASSOCIADOS À SÍNDROME DA FRAGILIDADE EM IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS: LITERATURA INTEGRATIVA, 2021.

DE SOUSA, Jessica Cristina Santana et al. Síndrome da fragilidade em idosos: prevalência, critérios para identificação e fatores associados. **Enfermagem Brasil**, v. 20, n. 3, p. 429-447, 2021.

DUARTE, Yeda Aparecida de Oliveira et al. Fragilidade em idosos no município de São Paulo: prevalência e fatores associados. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 21, 2019.

FERRAREZ, Mirelle Lactim et al. Análise da Síndrome da fragilidade em idosos institucionalizados. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 3, n. 6, p. 19633-19646, 2020.

FHON, Jack Roberto Silva et al. Fatores associados à fragilidade em idosos: estudo longitudinal. **Revista de Saúde Pública**, v. 52, 2018.

FREITAS, Fabiana Ferraz Queiroga. Fatores associados à fragilidade em idosos no contexto da atenção primária. 2018.

JÚNIOR, Edivan Oliveira Cavalcanti et al. Relação das condições de vida e saúde sobre a fragilidade em idosos. **Humanidades & Inovação**, v. 6, n. 11, p. 76-87, 2019.

LELES, Daniela de Oliveira; MELO, Juliana Macedo; RAMOS, Giselly dos Santos. A Síndrome de Burnout no exercício profissional da enfermagem. 2019.

LOUREIRO, Natália; CARVALHO, Davide. Doentes Crônicos e Cuidados Paliativos: Da Identificação Precoce ao Cuidado Centrado na Família, num Serviço de Medicina Interna. **Medicina Interna**, v. 28, n. 3, p. 277-287, 2021.

MIYAMURA, Karen et al. Síndrome da fragilidade e comprometimento cognitivo em idosos: revisão sistemática da literatura. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 27, 2019.

OLIVEIRA, Priscila Ravene Carvalho et al. Fatores associados à fragilidade em idosos acompanhados na Atenção Primária à Saúde. **Escola Anna Nery**, v. 25, 2021.

PAIVA, Lara Alves et al. PREVENÇÃO DA SÍNDROME DA FRAGILIDADE EM IDOSOS. In: **Anais do Congresso de Geriatria e Gerontologia do UNIFACIG**. 2021.

PAVAN, Bruna da Silva et al. Síndrome da fragilidade e fatores associados em idosos institucionalizados. 2019.