

CORRELAÇÃO DOS PARÂMETROS NUTRICIONAIS COM A OCORRÊNCIA DE FRATURAS DECORRENTES DE QUEDAS EM IDOSOS ASSISTIDOS PELA ESTRATÉGIA SAÚDE DA FAMÍLIA (ESF) EM TERESINA-PI

Andrea Nunes Mendes de Brito (bolsista ICV/CNPq), Raquel Galvão Figueredo (mestranda em Ciências e Saúde, UFPI), Ivone Freires de Oliveira Costa (mestranda em Alimentos e Nutrição, UFPI), João Batista Teles(CCS-UFPI), Martha Teresa Siqueira Marques Melo (Coorientadora, Depto Nutrição-UFPI), Cecília Maria Resende Gonçalves de Carvalho (Orientadora, Depto de Nutrição – UFPI)

Introdução: A população de idosos esta em rápido crescimento e as quedas constituem problema de saúde pública nessa faixa etária, com consequências graves para a saúde. A prevalência de quedas anualmente entre idosos, no Brasil, é cerca de 30%, podendo chegar a 40% entre aqueles com mais de 80 anos (SAMPAIO e BOARETTO, 2006). Segundo Kannus *et al.* (1999), aproximadamente 70% dos danos decorrentes de quedas em pessoas idosas resultam em fraturas dos ossos. Muitos fatores estão envolvidos no risco de fraturas como o baixo índice de massa corporal (IMC) que é responsável pelo aumento de até sete vezes o risco de fratura de quadril. Já está bastante evidenciada a relação existente entre o baixo consumo de cálcio e os efeitos deletérios na saúde óssea. O consumo adequado de cálcio está associado a ossos de alta densidade mineral óssea (DMO), podendo auxiliar na prevenção de doenças e *performance* óssea na pessoa idosa (PEREIRA, *et al*, 2009). Diante desse contexto, o presente estudo teve como objetivo correlacionar parâmetros nutricionais com a ocorrência de fraturas decorrentes de quedas em idosos assistidos pela estratégia de saúde da família, em Teresina-PI, além de identificar a prevalência de quedas e descrever o perfil sociodemográfico dos idosos estudados.

Metodologia: Estudo transversal descritivo, realizado com uma amostra representativa de 310 idosos (idade igual ou superior a sessenta anos), ambos os sexos da comunidade, que residem em áreas assistidas por equipes da Estratégia Saúde da Família (ESF), município de Teresina-PI. Foi aplicado questionário estruturado para avaliar a ocorrência de quedas e fraturas. Para a análise do estado nutricional utilizou-se a classificação do IMC, tendo como referência a proposta da Organização Pan-Americana de Saúde (OPAS). O consumo alimentar de cálcio foi investigado utilizando-se Questionário de Frequência Alimentar semi-quantitativo e analisado pelo *software* Dietsys 4.01. A avaliação de adequação da ingestão dietética de cálcio foi realizada segundo DRI's 2010. Os dados foram organizados em banco de dados no software aplicativo Statistical Package for the Social Sciences (SPSS), versão 16, analisados com estatística descritiva e análise de variância (ANOVA), em nível de significância de 5%. Os idosos foram separados em dois grupos: idosos com história de fratura(s) por queda(s); e aqueles que não tiveram fraturas. O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade Federal do Piauí (UFPI), sob o número do protocolo: 0470.0.045.000-11.

Resultados: nesse estudou houve prevalência do gênero feminino, perfazendo 60% da amostra total, até mesmo nas idades mais avançadas (80 a 89 anos) as mulheres predominam, não ocorrendo maior prevalência de mulheres do que os homens com 90 anos ou mais. A maioria dos idosos possui escolaridade baixa, sendo que a maioria é analfabeto (40,6%) ou não concluíram o ensino fundamental. Quanto ao estado civil, a grande maioria dos idosos é casado (62,90%), residem em

companhia de familiares ou cuidadores (96,1%), são aposentados (58,7%) e a remuneração mensal mais prevalente foi de 1 a 2 salários mínimos. Apenas 33% dos idosos consideram seu estado de saúde excelente ou bom, 73% usam medicamentos, 87% responderam possuir algum tipo de doença, sendo a hipertensão arterial a mais prevalente (63,22%), seguida de artrite/reumatismo/artrose (30,97%). Foi demonstrado que apenas 25,2% dos idosos praticam exercício físico, sendo a caminhada o tipo mais citado, seguindo da hidroginástica e musculação. A maioria dos idosos não tem prática de tomar banho de sol diariamente. Com relação a história de quedas, a maioria referiram não sofrer quedas (74,84%) e dos que relataram a prevalência foi de 25,16%, sendo que a maioria ocorreu no sexo feminino (71,8%), com idade média de 71 anos. Após a queda, a maioria dos idosos não procurou serviço médico e 12,6% relataram ter diminuído a realização de suas atividades básicas diárias. A ocorrência de fraturas nos idosos que caíram foi de 8,2%, com predominância no sexo feminino e nos idosos mais jovens. O consumo alimentar de cálcio foi baixo pela maioria dos idosos (89,4%) e a maior ocorrência de quedas foi observada entre os idosos com consumo inadequado (83,3%). Na avaliação do índice de massa corporal 31,9% apresentaram desnutrição e 21,3% excesso de peso e na relação com quedas os idosos considerados eutróficos tiveram mais fraturas (43,3%).

Tabela 01. Correlação dos parâmetros nutricionais com ocorrência de quedas nos idosos, Teresina, 2011.

		Ocorrência de Quedas					
		Sim		Não		Total	
		n	N %	n	N %	n	N %
Cálcio	Inadequado	68	87,2%	209	90,1%	277	89,4%
	Adequado	10	12,8%	23	9,9%	33	10,6%
	Total	78	100,0%	232	100,0%	310	100,0%
IMC	Desnutrição	24	30,8%	75	32,3%	99	31,9%
	Eutrofia	34	43,6%	111	47,8%	145	46,8%
	Excesso de peso	12	15,4%	22	9,5%	34	11,0%
	Obesidade	8	10,3%	24	10,3%	32	10,3%
	Total	78	100,0%	232	100,0%	310	100,0%

Fonte: Pesquisa Direta

Discussão: Quando se avaliam grupos inseridos em programas de atenção à saúde, a presença de uma maioria de mulheres é marcante, pois elas procuram mais estes serviços. Essa predominância do sexo feminino é ainda mais notada em grupos de terceira idade (MACHADO, *et al*, 2009). Nessa pesquisa houve predominância do sexo feminino e a ocorrência de quedas foi maior nas mulheres. Este estudo mostrou que segundo IMC, somente 46,8% das pessoas idosas eram eutróficas, sendo a desnutrição mais prevalente do que o excesso de peso. Comparando-se a prevalência de quedas entre idosos com excesso de peso observa-se que esta foi menor quando compara a prevalência de quedas entre os de baixo peso, sem diferenças significativas. Destaca-se nesse estudo a grande proporção de idosos com pouca escolaridade em concordância com Feliciano (2004) que ao realizar estudo no interior de São Paulo encontrou nível de analfabetos em mais de 50% dos investigados. As

comorbidades mais prevalentes foram a hipertensão e as artrites/artroses que podem aumentar o risco de quedas (MOURA *et al*, 1999), além disso os idosos usavam vários medicamentos que também podem aumentar o risco de quedas e podem causar hipotensão postural e fadiga, a exemplo dos anti-hipertensivos (MENEZES e BACHION, 2008). Os dados desse estudo mostram que houve baixa prevalência de fraturas entre os idosos que caíram. A prevenção de quedas envolve um conjunto de medidas que incluem exercício físico, alimentação adequada e rica em cálcio, incluindo cuidados pessoais e ambientais com a pessoa idosa, dentre outros (KANNUS *et al*, 2005). Do total de idosos entrevistados 74,5% não praticam exercício físico e muitos apresentaram ingestão dietética de cálcio insuficiente, independente da ocorrência de quedas, demonstrando a necessidade de estimular o aumento do consumo alimentar desse nutriente. Diante disso, há necessidade de políticas locais que resultem na prevenção, tratamento e recuperação do idoso com história de queda, especialmente para as mulheres.

Conclusão: Os idosos estudados caracterizaram-se por uma idade média de 71 anos, com predomínio do sexo feminino, baixa escolaridade, casados, aposentados e com renda baixa. A prevalência de quedas foi de 25,2% com 8,2% de fraturas, sendo mais freqüente no sexo feminino. Não se verificou relação entre a ocorrência de fraturas e o estado nutricional dos idosos. A queda é um evento importante entre os idosos e traz conseqüência graves para essa faixa etária. Desta forma, é indispensável à atuação dos profissionais de saúde na avaliação adequada do risco de quedas dos idosos para promover estratégias de caráter preventivo. Uma das limitações do estudo foi à obtenção dos dados a partir de informações auto-referidas pelos idosos, em um estudo seccional.

Referencias:

FELICIANO, A.B. **A situação do idoso de baixa renda na Região Cidade de Aracy – São Carlos, SP: um estudo epidemiológico.** 2004. 120 f. Tese (Doutorado) – Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, 2004.

KANNUS, P.; JARVINEM, T.; PALVANEM, M.; PARKKARI, J.; SIEVANEM H. Prevention of falls and consequent injuries in elderly people. **Lancet**, v.366, p.1885-93, 2005.

MACHADO, T.R. OLIVEIRA, C.J. COSTA, F.B.C. ARAUJO, T.L. Avaliação da presença de risco para queda em idosos. **Rev. Eletr. Enf. [Internet]**. vol. 11. n. 01 , pg. 32- 38, 2009. Available from: <http://www.fen.ufg.br/revista/v11/n1/v11n1a04.htm>.

MENEZES, R.L. e BACHION, M.M. Estudo da presença de fatores de riscos intrínsecos para quedas em idosos institucionalizados. **Ciência e Saúde Coletiva**, v. 13, n.4, p.1209-1218, 2008.

MOURA, R.N.; SANTOS, F.C. dos; DRIEMEIER, M.; SANTOS, L.M. dos; RAMOS, L.R. Quedas em idosos: fatores de riscos associados. **Gerontologia**, v.7, n.2, p.15-21, 1999.

PEREIRA, G.A. GENARO, P.S. PINHEIRO, M.M. SZEJNFELD, V.L. MARTINI, L.A. GISELLE A. P. Cálcio dietético – estratégias para otimizar o consumo. **Revista Brasileira de Reumatologia**. vol. 49 n.2 pgs.164-80, 2009.

SAMPAIO, L.F.R., BOARETTO, M.C. Cadernos de Atenção Básica: Envelhecimento e Saúde da Pessoa Idosa. **Cadernos de Atenção Básica**, n.19, Ministério da Saúde, Brasília, 2006.

“Palavras-chave”: Quedas. Idosos. Saúde da Família.

Apoio: Universidade Federal do Piauí.