

Características sócio-demográficas de Idosas Frágeis e Robustas Fisicamente.

Vivian C. de Lima, Ricardo A. C. Sampaio, Marco C. Uchida, Priscila Y. Sewo Sampaio.

Resumo

O envelhecimento é um conjunto de processos que determinam a perda da capacidade de adaptação ao meio ambiente. Nesse contexto, a fragilidade física pode aumentar a vulnerabilidade e a dependência dos idosos. O objetivo do estudo é comparar características sócio-demográficas de idosas de acordo com a fragilidade física (frágeis e robustas). Participaram do estudo 132 idosas da comunidade. Constatamos que idosas frágeis viviam mais sozinhas, saíam menos de casa durante a semana e relataram um histórico maior de quedas em comparação às robustas. O fato do idoso sair menos de casa e viverem sozinhos, pode resultar no aumento de problemas emocionais, ocasionando depressão, e, por vezes, aumentar o risco de quedas. Características encontradas nas idosas frágeis deste estudo, reforça a ideia multidimensional da síndrome da fragilidade e do processo de envelhecimento.

Palavras-chave: Envelhecimento, Idoso, Fragilidade Física.

Introdução

O envelhecimento é um conjunto de processos que determinam a perda da capacidade de adaptação ao meio ambiente.¹ Nesse contexto se encontra a síndrome da fragilidade que pode comprometer ainda mais a manutenção da homeostase. Assim a fragilidade física no envelhecimento pode aumentar a vulnerabilidade e dependência dos idosos.² Isto posto, o objetivo do estudo é comparar características sócio-demográficas de acordo com a fragilidade física (frágeis e robustas), determinado pelo domínio físico do índice de fragilidade Kihon Checklist.

Resultados e Discussão

Um total de 132 idosas (idade média 68,48 ± 6,14 anos recrutadas nos centros comunitários públicos concluíram o estudo. O grupo Frágil Fisicamente foi composto por 27 participantes (20,5%) sendo mais idosas do que as 105 robustas (79,5%) do grupo Robusto Fisicamente (P<0,022). Confirmando estudos realizados no Brasil, idosas frágeis costumam ter mais idade.^{2,3} Nossos resultados mostraram que a maioria das idosas robustas viviam com seus parceiros e/ou filhos, já as idosas frágeis em sua maioria viviam sozinhas (frágil 40,7%, robusta 18,1%); condição que pode favorecer problemas emocionais e estresses psicológicos, resultando em depressão na maioria dos casos.⁴ Ao passo que 14,8% das frágeis saíam de casa menos de uma vez por semana, somente 2,9% das robustas relataram o mesmo. O fato de o idoso sair menos de casa, pode ser a causa de falta de motivação.^{5,6} No número de quedas (no último ano) teve diferença significativa entre as idosas (P<0,004), enquanto 23,9% das robustas relataram ter caído mais de uma vez, esse número atingiu 44,4% das frágeis. Segundo Yokoya et al⁷, o risco de quedas diminui a frequência do idoso em sair de casa. Variáveis como índice de massa corporal; escolaridade; estatus laboral; satisfação financeira; prática e frequência de atividade física não diferiram estatisticamente entre os grupos.

Conclusões

A fragilidade física é uma característica recorrente em idosos. No presente estudo constatamos que idosas frágeis saem menos de casa, vivem mais sozinhas e relatam mais quedas; reforçando, assim, a natureza multidimensional da síndrome da fragilidade. Na prática, profissionais da educação física devem planejar

estratégias para enfrentar a fragilidade física em idosos como a oferta de atividades físicas que previnam a queda e atividades que promovam a sociabilização

Tabela 1. Características das Idosas Robustas e Frágeis Fisicamente (n=132).

Variáveis	Frágil (n=27) % Válida (n)	Robusto (n=105) % Válida (n)	P Valor
Idade	70.89 ± 6.66	67.87 ± 5.87	0.022
Estrutura Familiar			0.011
Sozinho	40.7 (11)	18.1 (19)	
Parceiro	11.1 (3)	25.7 (27)	
Filho (s)	18.5 (5)	25.7 (27)	
Parceiro e Filho (s)	18.5 (5)	22.9 (24)	
Outros	11.1 (3)	7.7 (8)	
Sair de casa			0.029
Menos de 1 vez	14.8 (4)	2.9 (3)	
1 - 2 vezes	37 (10)	24.8 (26)	
3 - 4 vezes	14.8 (4)	27.6 (29)	
5 vezes ou mais	33.3 (9)	44.8 (47)	
Quedas			0.004
0	3.7 (1)	-	
1 vez	51.9 (14)	76.2 (80)	
2 vezes	22.2 (6)	20 (21)	
3 vezes	14.8 (4)	2.9 (3)	
4 vezes	7.4 (2)	1 (1)	

Agradecimentos

Estudo financiado pela CAPES, Programa Atração de Jovens Talentos, Ciência Sem Fronteiras, Protocolo 88887.065519/2014-00.

- 1 Spirduso, W. W. Dimensões Físicas do Envelhecimento. Barueri, SP: Manole, 2005. P.3-36.
- 2 Fried, L.P.; Tangen, A. M.; Walston, J. et al. Frailty in older adults: evidence for a phenotype. J. Gerontol. 2001; 56A: M146-M157.
- 3 Sousa, A. C. P. A.; Dias, R. C.; Maciel, A. C. C.; Guerra, R. O. Frailty syndrome and associated factors in community-dwelling elderly in Northeast Brazil. A. Gerontol. Geriatr. 2012; 54: 95-101.
- 4 Bilotta, C.; Bowling, A.; Nicolini, P.; Casè, A.; Vergani, C. Quality of life in older outpatients living alone in the community in Italy. Health Social C. Community. 2012; 20: 32-41.
- 5 Sewo Sampaio, P. Y.; Sampaio, R. A. C. et al. Differences in lifestyle, physical performance and quality of life between frail and robust Brazilian community-dwelling elderly women. Geriatr Gerontol Int. 2015; 16: 829-835.
- 6 Spencer A. Ageing through occupation. Asian J Occup Ther. 2001; 1: 15-21.
- 7 Yokoya T, Demura S, Sato S. Relationships between physical activity, ADL capability and fall risk in community-dwelling Japanese elderly population. Environ Health Prev. Med 2007; 12: 25-32.