

OSTEOPOROSE NO IDOSO: OCORRÊNCIA, PREVENÇÃO E TRATAMENTO

Nayda Babel Alves de Lima¹, Elza Carla Melo de Souza², Iara Pereira Paixão²,
Flávia Negromonte Souto Maior³.

1. Relatora. Discente do curso Bacharelado em Enfermagem, da Universidade Federal de Campina Grande (UFCG), Campus Cuité - PB.
E-mail: (naydababel@hotmail).
2. Discente do curso Bacharelado em Enfermagem, da Universidade Federal de Campina Grande (UFCG), Campus Cuité - PB. E-mail: (elzacmsouza@hotmail.com; iarappaixao@hotmail.com).
3. Docente dos cursos Bacharelado em Enfermagem, Farmácia e Nutrição da Universidade Federal de Campina Grande (UFCG), Campus Cuité - PB. E-mail: (famaior4@gmail.com).

Introdução: O aumento da expectativa de vida e o envelhecimento da população tem trazido impactos consideráveis à sociedade, como a maior incidência das doenças crônicas degenerativas, dentre elas a osteoporose, doença osteometabólica, caracterizada pela diminuição e deterioração da massa óssea. É uma doença multifatorial muito frequente no idoso, tendo como causas principais a alimentação deficiente de cálcio e vitamina D e o sedentarismo. Embora acometa ambos os sexos, é mais frequente na população feminina, por causa dos efeitos hormonais. **Objetivos:** Este estudo objetivou discutir sobre a concordância das informações a respeito da ocorrência, prevenção e tipos de tratamentos da osteoporose em idosos. **Metodologia:** O estudo trata-se de uma revisão sistemática da literatura. A

coleta de dados se deu a partir da busca de publicações disponibilizadas nas bases de dados SCIELO, BDNF e LILACS, por meio dos descritores: tratamento, idoso e osteoporose. Os dados foram coletados no período do mês de abril de 2013, considerando os periódicos publicados entre 2006 a 2012, disponibilizados na íntegra. **Resultados:** Foram encontrados 83 estudos, dos quais somente 10 se adequaram aos critérios de inclusão. Após a análise destes, constatou-se que os idosos, portadores da osteoporose, são os mais acometidos por fraturas, que ocorrem, com maior frequência, na região da coluna vertebral, fêmur e quadril. A deficiência da vitamina D reduz a absorção de cálcio pelo organismo, contribuindo para a ocorrência da osteoporose. Os estudos evidenciaram que a atividade física está sendo amplamente utilizada tanto na prevenção como no tratamento da osteoporose. Entretanto, outras publicações discutiram que essas atividades devem ser utilizadas com ressalvas, levando em consideração a intensidade, frequência e duração. Sobre os tipos de exercícios físicos, a literatura apresentou controvérsias sobre a caminhada e a corrida, sendo vistas como práticas pouco eficientes, por não exigir esforço dos ossos e expor os idosos a riscos de fraturas, respectivamente. A suplementação com cálcio e vitamina D também é vista como tratamento, atuando no desenvolvimento e manutenção do esqueleto. No tratamento farmacológico, a reposição hormonal traz benefícios para a prevenção dos riscos da osteoporose. O hormônio mais utilizado em mulheres na pós-menopausa é a teriparatida, atuando na estimulação da formação óssea. Porém, evidenciou-se que os seus riscos superam tais benefícios, pois pode aumentar o risco de câncer de mama e de doença tromboembólica. Pesquisas constataram que essa terapia foi substituída pelos agentes anti-reabsortivos, especialmente os bisfosfonatos e a calcitonina, por apresentarem maior eficácia e menos efeitos adversos. **Conclusão:** Com base no exposto,

conclui-se que a osteoporose é uma das principais causas de fraturas e morbimortalidade dos idosos. Observou-se que a suplementação com cálcio e vitamina D, associada aos exercícios físicos, são eficazes no aumento da densidade óssea. Outro ponto observado foi que a terapia medicamentosa, mesmo sendo uma forma eficaz ao tratamento da osteoporose, necessita da investigação de novos fármacos, mais seletivos, que apresentem menos efeitos adversos. Dessa forma, é importante a orientação ao idoso a respeito de uma alimentação adequada e prática de exercícios físicos combinadas à terapia farmacológica.

Palavras Chave: Osteoporose, Idoso e Tratamento.



Campina Grande-PB/Brasil
13 a 15 de junho de 2013
www.cieh.com.br