

SARCOPENIA EM IDOSOS

Congresso Brasileiro Online em Saúde e Alimentos, 8ª edição, de 14/06/2021 a 16/06/2021

ISBN dos Anais: 978-65-89908-37-1

SANTOS; Josiane José dos ¹

RESUMO

Com o avanço da idade acontecem diversas alterações no corpo, e uma delas é a perda da massa muscular, levando a sarcopenia, que incide ao longo do envelhecimento. Com isso, vem causando implicações negativas, que reflete um fator de risco importante para a debilidade e a perda de independência das pessoas mais envelhecidas. O estudo tem o objetivo de apresentar uma síntese da etiologia da sarcopenia no idoso, referente ao processo de envelhecimento, analisando e apresentado cada tópico sobre a sarcopenia. Este trabalho foi elaborado através de uma pesquisa bibliográfica de cunho qualitativo, para conseguir os conteúdos de delimitação do tema, foram utilizados os seguintes descritores: Antropometria, envelhecimento, massa muscular e sarcopenia. Com o propósito de responder a pesquisa proposta empregou-se artigos de sites científicos, onde todos retrataram o tema abordado. Foi efetuado mediante análises das publicações científicas atualizada, utilizando artigos publicados entre os anos de 2014 a 2020, das bases de dados da Scielo, pubmed e website. A sarcopenia no idoso foi determinada como a redução gradual da massa muscular, proveniente de diversos fatores, entre eles, está o aumento da idade, estilo de vida, distúrbios hormonais, inatividade física, algumas condições de saúde, fatores genéticos e aspectos sociodemográfico. Com base no que foi abordado, esta pesquisa possibilitou uma visão geral da sarcopenia no idoso, onde foi visto que a sarcopenia está acometendo os idosos com impacto negativo na sua saúde, como diminuição da força muscular, perda de massa muscular, diminuição da velocidade de caminhada, onde o idoso fica mais propenso a quedas resultando de fraturas, limitação funcional e perda da qualidade de vida. Com isso, para o aperfeiçoamento científico da pesquisa, torna-se essencial a concepção de novos estudos para aprofundar o tema apresentado, buscando melhor compreensão dos tópicos sobre a sarcopenia no idoso.

PALAVRAS-CHAVE: Antropometria, Envelhecimento, Massa muscular, Sarcopenia

¹ Nutricionista pela Faculdade Estácio do RN- Pós graduada em Nutrição Clínica pela Faculdade Futura e Pós graduanda em Gerontologia pela Faculdade Farese, josianepj@hotmail.com