

RISCO DE DOENÇA CARDIOVASCULARES EM IDOSOS: COMO OS DISPOSITIVOS VESTÍVEIS PODEM MUDAR O ESTILO DE VIDA

Introdução: O exercício físico está associado à diminuição do risco de doença cardiovascular (DC). Porém, estudos recentes, afirmam que o exercício sozinho é insuficiente neste propósito, sendo preciso uma mudança completa no estilo de vida. Os dispositivos vestíveis (DV), são equipamentos de monitoramento contínuo de diversos parâmetros vitais relacionados ao exercício. Este trabalho buscou definir se os DV podem auxiliar no risco de DC em idosos. **Métodos:** Foi realizada revisão estruturada utilizando o método PRISMA, em outubro de 2021. Utilizou-se bancos de dados do PubMed, Cochrane e Biblioteca Virtual de Saúde, com os descritores DeCS/MeSH: “Idosos”, “Frequência Cardíaca” e “Monitores de Aptidão Física” com o uso de operadores booleanos “AND” e “OR”. Foram localizados 277 artigos, dos quais foram removidas duplicatas pelo software Rayyan®, totalizando 239 artigos, os quais foram triados por 2 revisores. Foram excluídos 224 artigos por não abordarem os temas: idosos, DV ou atividade física. 01 relato foi excluído por não apresentar conteúdo gratuito. Totalizando 14 estudos incluídos. **Resultados:** Os DV ganharam popularidade, devido aos seus vários recursos de contabilização de parâmetros vitais. No entanto, diversos autores destacam a necessidade de validação destes equipamentos antes do uso. Os principais parâmetros avaliados por estes dispositivos são: controle glicêmico, composição corporal, frequência cardíaca (FC), níveis pressóricos e arritmias; fatores estes, quando bem monitorados, estão associados a menor risco de DC. A utilização na prática clínica em idosos não foi fiel quanto aos parâmetros obtidos, além da dificuldade de manuseio; apesar da adaptação a longo prazo ocorrer na grande maioria. Equipamentos mais simples para idosos e barateamento são fatores que poderão torná-los mais eficazes e acessíveis para essa população. Os DV tornaram-se métodos indiretos para avaliar: níveis de pressão arterial (PA), FC; incentivo a prática de atividade física, redução de peso e gordura abdominal; identificação de arritmias e previsão do tempo de internação hospitalar. Logo, podem ser promissores no acompanhamento ambulatorial de pacientes e controle de doenças crônicas, como o controle da PA. **Conclusão:** Embora os DV ainda estejam em um estado inicial de adoção entre a população em geral, ainda não é possível dizer se os dados fornecidos por essa tecnologia são suficientes para o acompanhamento ambulatorial de idosos de maneira confiável.

Palavras-Chave: *Cardiac Monitoring; Older Adults; Wearable .*