

IMPORTÂNCIA DA FISIOTERAPIA NO TRATAMENTO DA OBESIDADE SARCOPENICA

COUTINHO, L. T.¹; RUAS, E. A.²

RESUMO

A perda da massa muscular condizente a idade (“sarcopenia”) quando associada à obesidade é denominada de “obesidade sarcopenica”. O objetivo desse trabalho foi verificar o papel da fisioterapia em idosos com obesidade sarcopenica. É um estudo de revisão bibliográfica, a busca foi realizada por meio das bases de dados GOOGLE Acadêmico, Scientific Eletronic Library Online (Scielo) nos últimos 15 anos. Com os resultados obtidos espera-se comprovar a eficácia da fisioterapia nesses idosos.

Palavras-chaves: Fisioterapia. Terceira idade. Obesidade sarcopenica. Idosos. Sarcopenia.

ABSTRACT

Age-appropriate loss of muscle mass (“sarcopenia”) associated with obesity is called “sarcopenic obesity”. The objective of this study was to verify the role of physical therapy in elderly people with sarcopenic obesity. It is a literature review, the search was carried out through the databases GOOGLE Academic, Scientific Electronic Library Online (Scielo) in the last 15 years. With the results obtained from, it is expected to prove the effectiveness of physical therapy in these elderly.

Keywords: Physiotherapy. Third Age. Sarcopenic obesity. Seniors. Sarcopenia.

INTRODUÇÃO

O processo de envelhecimento trás mudanças funcionais e estruturais aqueles que por ele passam, dentre estas podemos levar em consideração alterações da reserva funcional, do equilíbrio, da audição, da visão e muito importante da massa muscular, pois esta é a principal causa da fragilidade dos idosos (CAMPANHA *et al.*, 2010; ACIOLE; BATISTA, 2013).

A perda da massa muscular condizente a idade (“sarcopenia”), ocorre pela combinação de vários fatores como sedentarismo, alterações hormonais e

¹ Leidiane Tainara Coutinho. Acadêmica do Curso de Bacharelado em Fisioterapia da Faculdade de Apucarana-FAP. Apucarana- PR. 2021.

² Eduardo Augusto Ruas. Orientador da pesquisa. Docente Doutor do Curso de Bacharelado em Fisioterapia da Faculdade de Apucarana- FAP. Apucarana -PR. 2021.

alimentação inadequada (PÍCOLE; FIGUEIREDO; PATRIZZI, 2011). E esta perda de massa muscular associada à obesidade é denominada de “obesidade sarcopenica” que, por sua vez, são processos fisiológicos do envelhecimento que podem levar a morbidades (CAMPANHA *et al.*, 2010).

A fisioterapia é de suma importância para o tratamento ou prevenção das disfunções musculoesqueléticas decorrentes do processo de envelhecimento. A fisioterapia irá atuar prevenindo ou recuperando as funções do corpo, manter e/ou melhorar força muscular, amplitude de movimento, equilíbrio, propriocepção, entre outras funções que podem ser afetadas com o envelhecimento, através de exercícios e técnicas pensadas de forma individualizada e indicada a cada pessoa.

OBJETIVO

O objetivo deste trabalho foi verificar o papel da fisioterapia nas disfunções musculoesqueléticas em idosos com obesidade sarcopenica, identificando as principais disfunções musculoesqueléticas analisando os riscos da relação peso-disfunções em idosos.

METODOLOGIA

Trate-se de um estudo de revisão bibliográfica sobre o tema, sendo uma pesquisa qualitativa e transversal, realizada por meio da análise e integração de informações.

A busca por publicações foi realizada por meio das bases de dados indexadas ao GOOGLE Acadêmico, *Scientific Eletronic Library Online* (Scielo) incluindo as palavras chaves: Fisioterapia; terceira idade; obesidade sarcopenica; idosos e sarcopenia.

RESULTADOS

Foram selecionados 7 artigos dentre os quais podemos citar Silva Neto *et al.* (2012), que compararam idosos com sarcopenia e idosos com obesidade sarcopenica, na aplicação do questionário de vida (SF-36) as que apresentavam a

obesidade associada apresentaram medias menores, já perante a outros testes como o de força muscular foi evidenciado a relação da diminuição da força muscular e da capacidade funcional associada a obesidade sarcopenica e ressalta a importância de investigar mais sobre a FM.

Ou também Moreira (2016), que em seu estudo conseguiu analisar que a obesidade sarcopenica pode estar presente em pessoas mais jovens, como mulheres de meia idade e ressaltou a importância da criação de projetos e ações buscando a qualidade de vida e prevenção de agravos a esta população, objetivando a redução do declínio funcional, já que foi possível analisar que as mulheres que apresentaram obesidade sarcopenica obtiveram resultados piores que aquelas que apresentavam a obesidade ou a sarcopenia de forma isolada.

CONCLUSÃO

Ao final deste artigo foi possível então concluir que a obesidade sarcopenica interfere na qualidade de vida, na funcionalidade e na independência daqueles que a tem, sendo muito preconizado a necessidade da realização de atividades físicas para sua prevenção, porem temos a escassez das pesquisas sobre o assunto principalmente sobre as intervenções.

REFERÊNCIAS

ACIOLE, G. G.; BATISTA, L. H. Promoção da saúde e prevenção de incapacidades funcionais dos idosos na estratégia de saúde da família: a contribuição da fisioterapia. **Saúde em Debate**, Rio de Janeiro, v. 37, n. 96, p. 10-19, Jan./Mar. 2013.

ARAUJO *et al.* Qualidade de vida em idosas obesas. **Fisioter Pesq.**, 21(4):372-377, 2014.

CAMPANHA, Versiani *et al.* Circunferência abdominal e função em idosas. **Fisioter Pesq.**, 17(4): 317-21, 2010.

CASTRO, P. C. Influência da UATI e REVT na qualidade de vida. **Rev. bras. fisioter.**, São Carlos, v. 11, n. 6, p. 461-467, Nov./Dez. 2007.

DAWALIBI, Nathaly Wehbe. Envelhecimento e qualidade de vida: análise da produção científica da SciELO. **Estudos de Psicologia**, Campinas, 30(3), 393-403, Jul/Set. 2013.

IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua**: Características dos Moradores e Domicílio. 2018. Disponível em: <https://apenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/20980-numero-de-idosos-cresce-18-em-5-anos-e-ultrapassa-30-milhoes-em-2017>. Acesso em: 12 Set. 2021.

JENTOFT, Alfonso J. Cruz *et al.* Sarcopenia: Consenso europeu sobre definição e diagnóstico: Relatório do Grupo de Trabalho Europeu sobre Sarcopenia em Pessoas Idosas. **Age and Ageing**, 39:412-423, 2010.

LEITE, Leni Everson de Araújo *et al.* Estresse oxidativo e sarcopenia. **Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.**, Rio de Janeiro, 15(2):365-380, 2012.

LEITE, V. M. M. *et al.* Saúde Materna Infant., **Rev. Bras.**, Recife, 6(1):31-38, Jan./Mar., 2006.

MOREIRA, Mayle Andrade. **Obesidade sarcopenica, síndrome metabólica e desempenho físico em mulheres de meia idade**: um estudo transversal. Orientador: Prof. Dr. Álvaro Campos Cavalcanti Maciel. 136 p. Universidade Federal do Rio Grande do Norte. Natal, 2016.

OLIVEIRA NETA, Rosa Sá de. Sarcopenia, funcionalidade e estado nutricional em idosos. **Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.**, Rio de Janeiro, 21(3): 353-362, 2018.

PÍCOLI, T. S.; FIGUEIREDO, L. L. de; PATRIZZI, L. J. Sarcopenia e envelhecimento. **Fisioter Mov.**, 24(3):455-62, Jul./Set., 2011.

SCHWANKE, Carla Helena Augustin *et al.* (org.). **Atualizações em geriatria e gerontologia V**: fisioterapia e envelhecimento. Porto Alegre: EDIPUCRS, 2014. Disponível em: <http://www.pucrs.br/edipucrs>. Acesso em: 20 Set. 2021.

SILVA NETO, Luiz S. *et al.* Sarcopenia e qualidade de vida em idosos. **Rev Bras Fisioter.**, 6(5):360-7, 2012.

VASCONCELOS, Karina Simone de Souza. **Exercícios Resistidos para Idosas com Obesidade Sarcopênica**: um ensaio. Belo Horizonte: [s.n.], 2013.