



<b>Evento</b>	Salão UFRGS 2015: SIC - XXVII SALÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA UFRGS
<b>Ano</b>	2015
<b>Local</b>	Porto Alegre - RS
<b>Título</b>	Prevalência e Fatores associados à Sarcopenia: achados preliminares do estudo EPES
<b>Autor</b>	DALVANA DUTRA BERWANGER
<b>Orientador</b>	LIDIANE ISABEL FILIPPIN
<b>Instituição</b>	UNILASALLE CENTRO UNIVERSITÁRIO

## **Prevalência e fatores associados à Sarcopenia: achados preliminares do estudo EPES**

Dalvana Dutra Berwanger

Lidiane Isabel Filippin

Centro Universitário La Salle - UNILASALLE

**Introdução:** A sarcopenia tem sido definida como uma síndrome caracterizada como progressiva e generalizada perda da massa e força muscular com alto risco para desfechos adversos tais como diminuição do desempenho físico, pobre qualidade de vida e morte. Mesmo com grande impacto na saúde, a prevalência e os fatores de risco não são conhecidos em nosso estado. **Objetivo:** avaliar a prevalência e os fatores associados à sarcopenia na população adulta e idosa em um município da região metropolitana de Porto Alegre – RS. **Metodologia:** Estudo de caráter transversal de base populacional. A população estudada foi composta por residentes da cidade de Nova Santa Rita (n=550). Foram incluídos indivíduos com idade de 40 – 80 anos, de ambos os sexos. A coleta foi realizada no domicílio do indivíduo e obedeceu a uma amostragem de 40% de cada setor censitário eleito de forma aleatoriamente. Foram avaliadas as seguintes variáveis: situação sociodemográfica, situação funcional (desempenho funcional, estado cognitivo, nível de atividade física). Todos os participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. A prevalência de sarcopenia e fatores associados à sarcopenia foi estimada. **Resultados:** a prevalência de sarcopenia na população estudada foi de 6,7% (n=25). As variáveis associadas à sarcopenia estão apresentadas em prevalência: 68% (n=17) dos indivíduos com sarcopenia apresentavam idade superior a 65 anos, 80% (n=20) eram do sexo feminino, o arranjo familiar predominante foi de indivíduos vivendo sem companheiro (n=17) totalizando 68% da população, a renda média foi de 2 – 3 salários mínimos (84%) e a escolaridade com maior representatividade foi ensino fundamental incompleto (60%). O desempenho físico e o nível de atividade física dos indivíduos com diagnóstico de sarcopenia foram mensuradas pelo TUG e IPAQ, respectivamente. O desempenho físico medido pelo TUG foi baixo (>10”) em 76% dos entrevistados e o IPAQ com níveis de atividade física insuficiente em 84% (n=21) dos indivíduos. **Conclusão:** os resultados preliminares deste estudo demonstram uma prevalência baixa, entretanto, dentro do encontrado em outras populações. Os dados sugerem que a atividade física e o desempenho físico são insuficientes. Como se sabe, a falta da prática de atividade física acarreta diversos prejuízos à saúde e é um preditor para o desenvolvimento da sarcopenia. A aderência de uma forma de vida mais saudável e ativa se faz necessário a todo

indivíduo, principalmente à população idosa que apresenta maior perda funcional e muscular, acarretando a fatores de risco, como quedas, institucionalização e morte.

**Descritores:** Sarcopenia; saúde do idoso; atividade física.