



**Marque a opção do tipo de trabalho que está inscrevendo:**

**Resumo**

**Relato de Caso**

### **Relação entre dor muscular e IMC em pessoas de meia idade e idosas**

**AUTOR PRINCIPAL:** Paula Amanda da Silva

**CO-AUTORES:** Adriano Pasqualotti, Pablo Pasqualotti, Fhaira Petter da Silva, Natália Freddo e Lara Welter

**ORIENTADOR:** Adriano Pasqualotti

**UNIVERSIDADE:** Universidade de Passo Fundo

#### **INTRODUÇÃO**

Segundo estimativas da Organização Mundial da Saúde, entre 2010 e 2050 o número de pessoas idosas nos países em desenvolvimento vai mais do que dobrar (WHO, 2011). Manter a autonomia e independência durante esse processo é uma meta fundamental, pois o envelhecimento cerebral é inevitável, porém postergável por meio de exercícios físicos e mentais e hábitos saudáveis (NORDON et al., 2009). O processo do envelhecimento também é acompanhado por alterações visíveis nas dimensões corporais como peso e estatura que, por sua vez modificam o índice de massa corporal. O IMC é um bom indicador do estado nutricional do idoso e consiste em uma medida secundária obtida através de duas medidas primárias: peso (kg) dividido pela estatura (m) ao quadrado (NAJAS; NEBULONI, 2005). O objetivo do trabalho é verificar a relação entre dor muscular e índice de massa corpórea de pessoas de meia idade e idosas.

#### **DESENVOLVIMENTO:**

Neste estudo são apresentados os resultados de duas pesquisas desenvolvidas no Programa de Pós-Graduação em Envelhecimento Humano, vinculadas ao projeto de pesquisa intitulado “Efeitos de treinamento com jogos interativos na capacidade funcional, processos cognitivos e marcadores

inflamatórios de pessoas idosas”. As pesquisas desenvolvidas foram aprovadas pelos Comitê de Ética em Pesquisa da UPF, sob os protocolos 1.023.088 e 933.586. Por meio do termo de consentimento livre e esclarecido os participantes autorizaram a participação voluntária nas pesquisas.

O estudo proposto no projeto de pesquisa é do tipo transversal, descritivo/analítico e populacional. A população é composta por pessoas participantes de grupos de convivência da Coordenadoria de Atenção ao Idoso (DATI), do município de Passo Fundo/RS. Não foram empregadas técnicas de amostragem ou de cálculo da amostra. Os participantes responderam um questionário de coleta de dados, contendo variáveis sociodemográficas (idade, sexo, escolaridade, estado marital), fatores de risco (dor muscular, uso de medicamentos, alterações ósseas), estado nutricional (índice de massa corporal, suplementação alimentar) e uso de tecnologias (uso de computador, videogame). Os dados foram analisados por meio da linguagem R 2.15.1. Para a análise dos dados foi utilizado o teste t de Student. O nível de significância utilizado nos testes foi  $p \leq 0,05$ .

Quanto à caracterização da amostra, o estudo compreendeu 850 adultos e idosos, sendo que 739 (86,9%) são mulheres; a média de idade foi de 67,9 anos, com desvio padrão de 8,0 anos; quanto ao grau de instrução, 339 (42,1%) estudaram até 4 anos, 367 (45,6%) 5 a 10 anos e 99 (12,3%) 11 anos ou mais; com relação à renda, 586 (71,9%) recebem até R\$ 1.575,99; quanto ao estado marital, 62 (7,3%) são solteiros, 338 (39,8%) são casados, 100 (11,8%) relatam estar separados/divorciados, 348 (40,9%) são viúvos; quanto a viver acompanhado, 524 (63,0%) indicaram que vivem com alguém.

Quanto à relação entre dor muscular e IMC, as 680 (80,37%) pessoas que relataram sentir dor muscular apresentaram uma média de IMC = 27,8, como desvio padrão de 4,46, em quanto que as 166 (19,63%) pessoas que relataram não sentir dor muscular apresentaram uma média de IMC = 26,3, como desvio padrão de 4,4. O teste t Student indicou diferença estatisticamente significativa ( $p \leq 0,001$ ).

A Organização Mundial da Saúde calcula que em 2015 haverá aproximadamente 2,3 bilhões de adultos com sobrepeso e mais de 700 milhões com obesidade no mundo (WHO,2011). O excesso de peso pode levar a inúmeras complicações, dentre elas as doenças articulares e degenerativas (MELO; SÃO-PEDRO, 2012). O excesso de peso é um fator de risco para o desenvolvimento de doenças crônico-degenerativas e outras enfermidades, que trazem como principal sintoma a dor (CONTRI; PEREIRA; CANELHAS, 2009).

### **CONSIDERAÇÕES FINAIS:**

O alto índice de massa corpórea (IMC) é um fator determinante para doenças degenerativas e articulares por pessoas de meia idade e idosas. O sobrepeso predispõe e potencializa a dor.

### **REFERÊNCIAS**

CONTRI, D. E.; PEREIRA, T. D. F.; CANELHAS, M. R. A obesidade e lombalgia – proposta de métodos alternativos para diminuição da massa corporal e alívio da dor: relato de caso. *ConScientiae Saúd.*, São Carlos, v. 8, n. 3, p. 509-514, 2009.

MELO, I. T. DE; SÃO-PEDRO, M. Dor musculoesquelética em membros inferiores de pacientes obesos antes e depois da cirurgia bariátrica. *Arq. Bras. Cir. Dig.*, São Paulo, v. 25, n. 1, p. 29-32, 2012.

NAJAS, M. S.; NEBULONI, C. C. Avaliação nutricional. In: RAMOS, L. R. Geriatria e Geontologia. Barueri: Manole, 2005. p. 299.

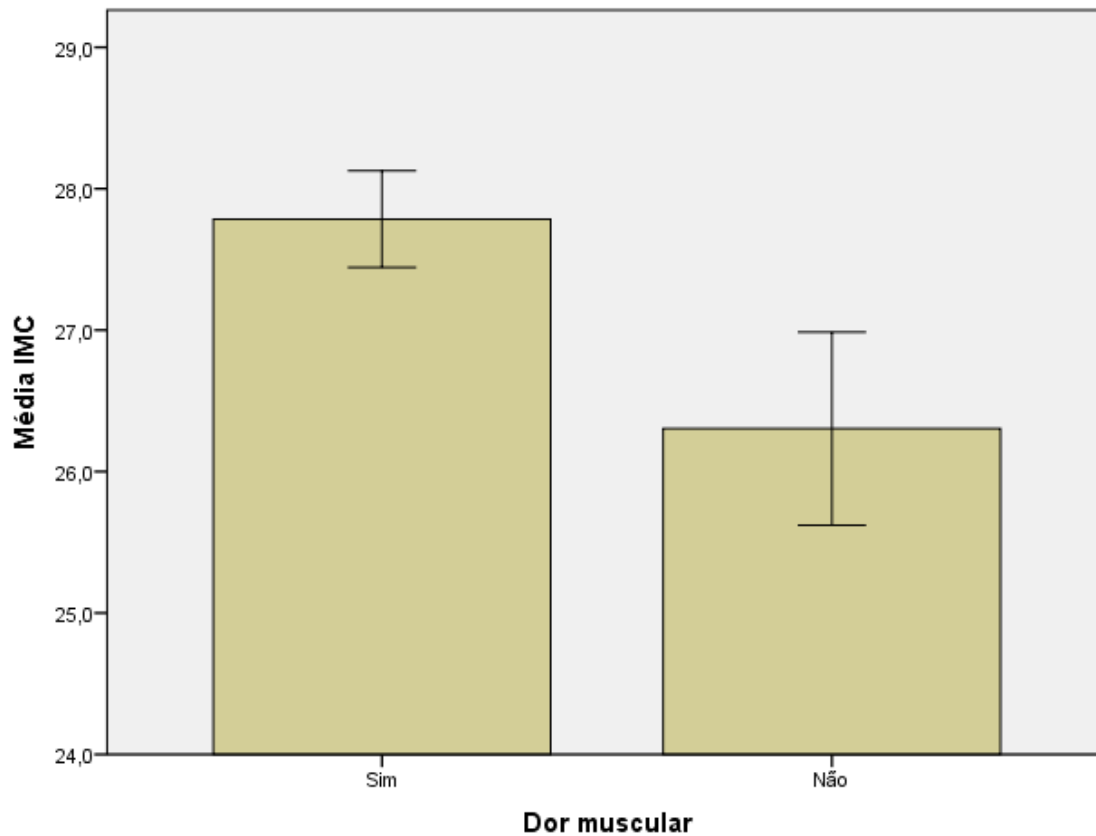
NORDON, D. G. et al. Perda cognitiva em idosos. *Rev. Fac. Ciênc. Méd.*, Sorocaba, v. 11, n. 3, p. 5-8, 2009.

WORLD HEALTH ORGANIZATION - WHO. Global health and ageing. WHO: NIH, 2011.

**NÚMERO DA APROVAÇÃO CEP OU CEUA ( para trabalhos de pesquisa): 1.023.088 e 933.586**

### **ANEXOS**

Anexo



Barras de erros: +/- 2 SE

Figura 1.

Relação entre média de IMC e relato de dor muscular de pessoas de meia idade e idosas participantes de grupos de convivência da Coordenadoria de Atenção ao Idoso (DATI), do município de Passo Fundo/RS, 2015. Teste t Student para grupos independentes. Diferença significativa para um  $p \leq 0,05$ . As barras representam o erro padrão da média.