



FATORES RELACIONADOS À SINDROME DO IDOSO FRÁGIL: REVISÃO DA LITERATURA

Ana Carolina Oliveira de Freitas¹
Susiany Ferreira de Oliveira²
Sara Éllen Rodrigues de Lima³
Luana Teixeira Amorim⁴
Jessica Maria Gomes Araújo⁵
Adriana de Moraes Bezerra⁶

INTRODUÇÃO

A transição demográfica está relacionada com o envelhecimento da população. Seu início vem da redução das taxas de mortalidade e, após algum tempo, queda das taxas de natalidade, provocando as alterações na estrutura etária da população. O ciclo de envelhecimento não significa necessariamente que o indivíduo irá adoecer. É fundamental investir em ações de prevenção ao longo de todo o curso de vida (OLIVEIRA, 2019).

Com o envelhecimento acelerado e desordenado da população em países em desenvolvimento como o Brasil, a fragilidade no processo de envelhecimento passa a ser um tema cada vez mais relevante. Podendo a fragilidade ser definida como um estado de vulnerabilidade que se manifesta por meio da perda de força muscular, perda de mobilidade, diminuição da resistência e aumento do risco de quedas (RIBEIRO *et al.*, 2019).

Destarte, a fragilidade é um processo que afeta diversos domínios da vida da pessoa idosa, como o físico, biológico, psicológico e social. Isso resulta em um desequilíbrio nas reservas homeostáticas do corpo e aumenta a vulnerabilidade a estressores, o que pode gerar diversas consequências prejudiciais para a saúde e qualidade de vida da pessoa idosa (CLÓRIS *et al.*, 2019).

Entre as estratégias que podem ser adotadas pelos profissionais de saúde para prevenir ou minimizar a fragilidade em idosos estão: atividade física regular, alimentação saudável e adequada, prevenção e tratamento de doenças crônicas, estimulação cognitiva e atenção à saúde mental. Almejando com essas estratégias, sobretudo, a prevenção de consequências mais comuns na pessoa idosa, como quedas, incapacidades e limitações, além de institucionalização, hospitalização e comorbidade, e mortalidade (CHAVES *et al.*, 2021).

Diante disso, é importante que haja uma sensibilização crescente sobre a fragilidade na pessoa idosa e que sejam adotadas estratégias preventivas e de tratamento para minimizar os efeitos negativos da fragilidade na vida da pessoa idosa. Para oferecer um atendimento especializado e contínuo aos idosos frágeis, é necessário que o enfermeiro esteja capacitado e

1Estudante de graduação em Enfermagem. Universidade Regional do Cariri, e-mail: carolina.freitas@urca.br

2Estudante de graduação em Enfermagem. Universidade Regional do Cariri, e-mail: susiany.oliveira@urca.br

3Estudante de graduação em Enfermagem. Universidade Regional do Cariri, e-mail: sara.rodrigues@urca.br

4Estudante de graduação em Enfermagem. Universidade Regional do Cariri, e-mail: luana.amorim@urca.br

5Estudante de graduação em Enfermagem. Universidade Regional do Cariri, e-mail: jessica.gomes@urca.br

6Enfermeiro. Docente do curso de Enfermagem. Universidade Regional do Cariri, e-mail: adriana.bezerra@urca.br



atualizado em relação aos conhecimentos e técnicas específicas para o cuidado dos idosos (RIBEIRO *et al.*, 2019).

Logo, o enfermeiro pode desempenhar diversas atividades para identificar e cuidar dos idosos frágeis, como a realização de avaliações geriátricas abrangentes para detectar e avaliar a fragilidade e os fatores de risco associados, o desenvolvimento e implementação de planos de cuidados individualizados, a oferta de educação e aconselhamento aos pacientes e familiares sobre estratégias de prevenção e manejo da fragilidade, o monitoramento contínuo da saúde do paciente e o trabalho em colaboração com outros profissionais de saúde para coordenar os cuidados e garantir que o paciente receba atendimento especializado e contínuo em todos os níveis de atenção à saúde (CHAVES *et al.*, 2021).

Nesta conjuntura, a presente pesquisa buscou identificar na literatura científica os fatores associados à Síndrome do Idoso Frágil.

MÉTODO

Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, com abordagem qualitativa, cuja coleta de dados foi realizada no mês de maio de 2023, nas bases de dados Biblioteca Eletrônica Científica Online e Biblioteca Virtual em Saúde Brasil as quais foram identificadas a partir da utilização dos seguintes Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): Idoso fragilizado, Enfermagem e Fatores de risco, que foram cruzados simultaneamente através do *booleano* “AND”.

Foram estabelecidos como critérios de inclusão artigos originais, nos idiomas inglês, português e espanhol, que versassem sobre a temática do estudo e que respondiam à questão norteadora desta pesquisa. Quanto aos critérios de exclusão foram excluídos artigos duplicados e que não apresentavam texto completo e disponível para *download*.

Após a somatória das bases de dados, foram encontrados 137 artigos. Posteriormente à análise por meio dos critérios de elegibilidade, através da leitura dos títulos, resumos e leitura na íntegra, 10 artigos compuseram a amostra o corpo de estudos para discussão aprofundada sobre os fatores associados à síndrome do idoso frágil.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Durante a análise minuciosa dos estudos, constatou-se diversos fatores que estão relacionados à síndrome do idoso frágil. A fragilidade está associada à idade avançada, consistente com dados demonstrados em ambientes comunitários e hospitalares (SOUZA *et al.*, 2023), o que também foi encontrado no estudo de Santos *et al.* (2020) evidenciando que a variável idade é frequentemente associada ao declínio funcional e às doenças não transmissíveis. A ocorrência de dependência funcional também foi verificada nas pesquisas como um fator potencial para a síndrome da fragilidade, impactando diretamente nas atividades de vida diária.

Pela análise das referências, foi possível identificar que as quedas são um dos maiores problemas de saúde pública na faixa etária de maiores que 70 anos, que trazem repercussões diretas na fragilização dos longevos, predispondo à diminuição da capacidade funcional, fraturas, síndrome de imobilização, hospitalização e comprometimento da marcha (LIMA, 2021).

Além disso, de acordo com GRDEN *et al.* (2019), a incontinência urinária está associada a idosos frágeis e a um risco aumentado de declínio funcional, o que afeta diretamente a qualidade de vida, a independência e a autonomia. É nesta conjuntura que muitas idosos



deixam de realizar suas atividades cotidianas e sociais por vergonha, chegando a isolar-se socialmente e desenvolver solidão e sintomas depressivos.

A característica de possuir distúrbios do padrão do sono também foram referenciadas no texto como queixas recorrentes que levam ao aumento da sonolência diurna e alterações comportamentais, além do aumento das complicações induzidas pela fragilidade (DALLA *et al.*, 2021). Outrossim, os desequilíbrios nutricionais são causados por muitas variáveis que interferem na ingestão alimentar, como: anorexia fisiológica decorrente do envelhecimento; alterações sensoriais; perda dentária; isolamento social; depressão e baixo nível socioeconômico (ANDRADE, 2020).

Sabe-se que as doenças crônicas são patologias que impulsionam a uma grande preocupação para a população idosa por serem condições associadas ao envelhecimento e alvo de diversos outros determinantes que podem levar a uma série de outras comorbidades e contribuir para maior fragilidade nesses indivíduos. A doença crônica causa limitações, reduz a produtividade, afeta a função e a qualidade de vida, e tem sido descrita como um grave problema de saúde pública (FREIRE, *et al.*, 2017).

Outro fator associado à fragilidade diz respeito ao uso exacerbado e sem prescrição de fármacos no domicílio pelos idosos. Durante o envelhecimento, os efeitos deletérios cumulativos de doenças crônicas ou medicamentos comórbidos podem ser fatores de risco para fragilidade (DUARTE, *et al.*, 2021).

Cita-se a capacidade de deambular prejudicada e a diminuição da força muscular como acontecimentos do processo de envelhecimento devido a alterações fisiológicas que podem reduzir a capacidade de exercício em idosos. A mobilidade física prejudicada afeta progressivamente a funcionalidade em idosos, pois aumenta a incidência de quedas, hospitalizações e consumo de medicamentos (RIBEIRO *et al.*, 2019).

A associação da fragilidade com ser viúvo também foi identificada nos estudos, podendo o estado civil estar relacionado aos desafios ou estresse causado pela perda do ente querido, que aumenta a vulnerabilidade para os domínios emocional, espiritual e fisiológico da fragilidade (JESUS *et al.*, 2018). Neste ínterim, a importância dada pelos idosos às relações conjugais, demonstra que ser casado é um fator protetivo para a fragilidade.

Nesse sentido, ao destacar as síndromes de fragilidade geriátrica, o enfermeiro aprimorará o cuidado, pois revelará as especificidades observadas na escolha das intervenções de enfermagem, implicando, assim, um cuidado individualizado e sistematizado ao idoso frágil.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados deste estudo mostram que os principais fatores associados à fragilidade do idoso são desequilíbrios nutricionais, distúrbios no padrão de sono, doenças crônicas não transmissíveis, polifármacos, incontinência urinária, limitação física e ser viúvo. Prevenir ou identificar precocemente esses fatores é de suma importância para precaver a fragilidade dos idosos. Esses dados sugerem a necessidade de mais atenção a essa população.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, J. M. Efeito da síndrome da fragilidade na qualidade de vida relacionada à saúde e o papel desta condição na expectativa de vida de idosos não institucionalizados. Tese de Doutorado. 2020. Disponível em: <https://www.arca.fiocruz.br/handle/icict/49291>.



CHAVES, A. C. M. *et al.* Síndrome de fragilidade em idosos: prevalência e correlação com características clínicas, cognitivas e funcionais. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 4, n. 3, p. 11506-11523, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.34119/bjhrv4n3-145>.

CLÓRIS, R.B. *et al.* Prevalência e fatores associados à fragilidade em idosos atendidos em um ambulatório de especialidades. **Rev Eletrônica Enferm**, v. 21, p. 1-8, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.5216/ree.v21.52195>.

DALLA, L.L. *et al.* Fatores sociodemográficos e de saúde associados à fragilidade em idosos. **Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento**, v. 26, n. 2, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.22456/2316-2171.97670>.

DUARTE, Y.A.O. *et al.* Fragilidade em idosos no município de São Paulo: prevalência e fatores associados. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, v. 21, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1980-549720180021.supl.2>

FREIRE, J.C.G. *et al.* Fatores associados à fragilidade em idosos hospitalizados: uma revisão integrativa. **Saúde em Debate**, v. 41, p. 1199-1211, 2017.

JESUS, I.T.M *et al.* Fragilidade e qualidade de vida de idosos em contexto de vulnerabilidade social. **Texto & Contexto-Enfermagem**, v. 27, 2018.

LIMA, D. M. N. Prevalência e fatores associados à síndrome de fragilidade em pacientes idosos de ambulatórios de geriatria. 2021. Disponível em: <https://repositorio.ufpb.br/jspui/handle/123456789/23196>.

OLIVEIRA, F.G.L. *et al.* Fatores associados à síndrome de fragilidade clínico funcional em idosos. **Anais VI JOIN**, p. 4-6, 2019.

RIBEIRO, I. A. *et al.* *Frailty syndrome in the elderly in elderly with chronic diseases in Primary Care.* **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 53, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1980-220X2018002603449>.

SANTOS, R. C. *et al.* Síndrome da fragilidade e fatores associados em idosos no pronto atendimento. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 33, 2020. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.37689/acta-ape/2020AO0159>.

SOUZA, V. M. A. F. *et al.* *Nursing Diagnosis Frail Elderly Syndrome: an integrative review.* **Rev Rene**, v. 24, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.15253/2175-6783.20232481342>.