

ATUAÇÃO DO ENFERMEIRO NA PREVENÇÃO DA OSTEOPOROSE NA TERCEIRA IDADE: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Luciene Karine Araújo dos Santos

Maciel Borges da Silva

Paula Dayane Silva Santos

Sarah Vieira dos Santos

Janaina Barbosa Calixto dos Santos

Resumo: O envelhecimento faz parte do desenvolvimento humano, e, portanto traz diversas alterações metabólicas para o organismo, dentre elas a osteoporose, doença caracterizada pela fraqueza e modificações ósseas. **Objetivo:** analisar a atuação do enfermeiro na prevenção da osteoporose na terceira idade. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão integrativa, realizada em outubro de 2018, onde foram incluídos artigos publicados do ano de 2012 a 2018 na base de dados Scielo (Scientific Eletronic Library Online), utilizando os descritores: Saúde do idoso, promoção e prevenção, enfermagem e osteoporose. Sendo excluídos deste estudo trabalhos de conclusão de curso, livros e artigo que não obedeceram aos critérios de inclusão. **Resultados e discussões:** O profissional enfermeiro tem papel fundamental na prevenção da osteoporose, pois pode orientar o paciente sobre a importância da atividade física, correlacionando com a exposição solar e reposição de vitaminas D e C, salientando ainda o exame de densitometria óssea aos indivíduos que relatam casos na família. Vale ressaltar, que o enfermeiro deve fazer com que o paciente idoso compreenda os aspectos do envelhecimento e que a perspectiva de viver bem e com qualidade poderá ser alcançada. **Considerações Finais:** Diante do exposto, o enfermeiro deve se apropriar do conhecimento técnico científico, embasando-se na Sistematização da Assistência de Enfermagem (SAE), visto que a última é uma ferramenta primordial para o atendimento clínico deste paciente, visando não só uma boa qualidade de vida, mas também a independência do indivíduo.

Palavras-chave: Saúde do idoso. Promoção e Prevenção. Enfermagem. Osteoporose.

Abstract: Aging is part of human development, and therefore brings several metabolic changes to the body, among them osteoporosis, a disease characterized by weakness and bone modifications. **Objective:** to analyze the role of nurses in the prevention of

osteoporosis in the elderly. **Methodology:** This is an integrative review, carried out in October 2018, where articles published from the year 2012 to 2018 were included in the Scientific Electronic Library Online database, using the descriptors: Elderly health, promotion and prevention, nursing and osteoporosis. Being excluded from this study works of conclusion of course, books and article that did not meet the inclusion criteria. **Results and discussions:** The nurse practitioner plays a fundamental role in the prevention of osteoporosis, since it can guide the patient about the importance of physical activity, correlating with the sun exposure and vitamin D and C vitamins replacement, also emphasizing bone densitometry examination to individuals who report cases in the family. It is worth emphasizing that nurses should make the elderly patient understand the aspects of aging and that the prospect of living well and with quality can be achieved. **Final Considerations:** In view of the above, the nurse should appropriate the scientific technical knowledge, based on the Systematization of Nursing Care (SAE), since the latter is a primary tool for the clinical care of this patient, aiming not only for a good quality of life, but also the independence of the individual.

Keywords: Elderly health. Promotion and Prevention. Nursing. Osteoporosis.

1 INTRODUÇÃO

O envelhecimento pode ser entendido como um processo fisiológico do desenvolvimento humano, que desencadeia diversas alterações metabólicas, endócrinas e musculoesqueléticas responsáveis por mudar o estilo de vida do indivíduo na terceira idade (MOTA; SOUZA; AZEVEDO, 2012).

Do mesmo modo, a osteoporose é uma das patologias mais recorrente desta fase, caracterizada pela irregularidade osteometabólica, onde a síntese de tecido ósseo é reduzida, havendo assim um aumento de absorção do mesmo, sendo definida pela redução da densidade óssea mineral, resultando em ossos frágeis e suscetíveis a fraturas (FARIAS; LAGO; ANDRADE, 2015).

Segundo projeções do IBGE (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística) para o ano de 2020, cerca de 11% da população terá 60 anos ou mais. E essas alterações demográficas e epidemiológicas acarretarão na compreensão e atendimento frente às

demandas da população idosa, dando ênfase na prevenção e promoção da saúde, com um plano de cuidado individualizado, e a necessidade de reconhecer o idoso como único, almejando proporcionar um envelhecimento com dignidade e qualidade.

No Brasil, a osteoporose é identificada como um relevante problema de saúde e o Governo Federal, por meio do Ministério da Saúde - Área Técnica da Saúde do Idoso criou um programa, lançado no ano de 2011, direcionado a conscientização pública salientada a importância da prevenção com uma campanha para ampliar a conhecimento da população frente aos riscos da osteoporose: “Prevenção da osteoporose: da criança à pessoa idosa” (BRASIL, 2012).

O profissional de Enfermagem deve ter não só um embasamento científico para a compreensão da osteoporose, mas também utilizar a Sistematização de Assistência de Enfermagem (SAE) para aprimorar a qualidade do atendimento à população idosa como um todo, sendo esta última a ferramenta chave para esse processo (FARIAS; LAGO; ANDRADE, 2015).

Sendo assim, adotou-se esse tema em consequência da carência de estudos recentes em relação ao assunto abordado e da necessidade de esclarecer o papel do profissional de enfermagem em promover assistência na promoção e prevenção da osteoporose.

Neste âmbito, esta pesquisa almeja responder a seguinte questão: Qual a atuação do enfermeiro frente à prevenção da osteoporose na terceira idade? Deste modo, esta pesquisa objetivou-se em analisar a atuação do enfermeiro na prevenção da osteoporose na terceira idade.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

O tecido ósseo é originado a partir da mesoderme, sendo formado por mesênquima e cartilagem. A sua estrutura óssea é formado por uma matriz óssea que é constituída por fibras colágenas e minerais (como fosfato e cálcio) que garantem ao osso resistência e dureza (FARIAS; LAGO; ANDRADE, 2015).

A remodelagem óssea ocorre constantemente a partir de dois tipos celulares originados de células progenitoras da medula óssea: os osteoblastos que realizam a deposição de matriz óssea, e pelos osteoclastos que são responsáveis pela absorção parcial de tecido já formado, através da secreção de enzimas proteolíticas liberadas dos lisossomos e ácidos, como cítrico e láctico que são liberados das mitocôndrias e vesículas secretoras. Este processo é capaz de garantir ao tecido ósseo a capacidade de remodelar sua estrutura óssea frente às pressões que é submetida (FARIAS; LAGO; ANDRADE, 2015).

E para tal, são necessárias substâncias que auxiliarão estas células a trabalharem como: vitamina D e C, níveis de cálcio adequados e atividade física. Entretanto, quando esses fatores ficam alterados incluindo mulheres pós-menopausadas, cor branca ou asiática, histórico familiar, estrutura física pequena, ingestão de bebida alcoólica e escoliose inclusive fatores clínicos precedentes como o hipertireoidismo, hipogonadismo, anorexia nervosa, insuficiência renal, síndrome de Cushing, doença celíaca, síndrome de má absorção e consumo de medicamentos como glicocorticosteroides, heparina, hormônio tireóideo e anticonvulsivante (prejudicam a absorção e o metabolismo do cálcio), contribuem para o desenvolvimento da osteoporose (FARIAS; LAGOS; ANDRADE, 2015).

3 METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão integrativa. O estudo foi realizado através das seguintes etapas: desenvolvimento da questão de pesquisa, escolha dos critérios de inclusão e exclusão, determinação das informações a serem colhidas do texto, avaliação dos artigos encontrados e por fim a síntese do conhecimento.

Os critérios de inclusão determinados foram: revistas e artigos científicos publicados entre os anos 2012 a 2018, em português disponível online e pdf. Foram excluídos deste estudo trabalho de conclusão de curso, livros e artigo que não obedeceram aos critérios de inclusão.

Para as pesquisas em revistas e bases de dados Scielo (Scientific Electronic Library Online), foram utilizados os seguintes descritores: Saúde do idoso, promoção e prevenção, enfermagem e osteoporose.

4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Diante da necessidade de explicar o papel do enfermeiro na prevenção da osteoporose na terceira idade, observa-se a necessidade do profissional em possuir o conhecimento fisiopatológico da osteoporose que em conjunto com a SAE (Sistematização Assistencial da Enfermagem) e com o método de assistência multidisciplinar assegurem a prevenção da doença, identificando os fatores de risco da população assistida, realizando orientações de acordo com os aspectos epidemiológicos e dietéticos dos indivíduos, salientando a importância de uma dieta equilibrada e à prática de atividades físicas, suplementação de cálcio, vitamina D e na criação de ações educativas que visem a melhoria da autonomia e qualidade de vida do idoso (FARIAS; LAGO; ANDRADE, 2015).

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do assunto abordado neste estudo, foi notável a importância do profissional de Enfermagem frente à população idosa, pois é o público mais suscetível a desencadear a osteoporose. Neste âmbito, é preciso que este profissional esteja sempre atualizado, mediante as teorias científicas e seguir os princípios da SAE, visando não só identificar os indivíduos propensos a desenvolver a patologia, como também ampliar os métodos de promoção e prevenção da doença supracitada, com intuito de promover uma qualidade de vida e independência desses indivíduos.

REFERÊNCIAS

BRASIL. **International Osteoporosis Foundation. Osteoporosis**, 2012. Disponível em: https://www.iofbonehealth.org/sites/default/files/media/PDFs/Regional%20Audits/2012-Latin_America_Audit-Brazil-PT_0_0_0.pdf . Acessado em 25 Out. 2018.

FARIAS, L. T. M; LAGO, C. C. L; ANDRADE, J. C. S. OSTEOPOROSE: uma análise fisiopatológica voltada para os profissionais de enfermagem. **Rev. Enfermagem Contemporânea**, Bahia, v. 4, n. 2, p. 222-236, 2015. Disponível em: <https://www5.bahiana.edu.br/index.php/enfermagem/article/view/646>. Acesso em: 25 Mai. 2018.

MOTA, L. S; SOUZA, E. G; AZEVEDO, F. H. C. intercorrências da osteoporose na qualidade de vida dos idosos. **Revista Interdisciplinar NOVAFAPI**, Teresina, v. 5, n. 2, p. 44-49, Abr-Mai-Jun. 2012. Disponível em: <https://revistainterdisciplinar.uninovafapi.edu.br/revistainterdisciplinar/v5n2/rev/rev1v5n2.pdf>. Acessado em 23 Out. 2018.