

## Trabalho apresentado no 16º CBCENF

**Título:** OSTEOPOROSE E SEUS ASPECTOS NEGATIVOS NA SENESCÊNCIA: REVISÃO BIBLIOGRAFICA

**Relatoria:** AMARA SAMANTHA GOMES DE SOUSA

Lorena Farias de Souza

**Autores:** Gleicy Karine Nascimento de Araújo

Camila Maria Souza Santos

Khivia Kiss da Silva Barbosa

**Modalidade:** Pôster

**Área:** Cidadania, alienação e controle social

**Tipo:** Pesquisa

**Resumo:**

**Introdução:** Uma das alterações decorrentes do processo de envelhecimento é a redução da massa óssea, que pode levar à osteoporose, uma doença caracterizada pela descalcificação progressiva dos ossos que se tornam frágeis, deterioração do tecido ósseo e aumento da fragilidade, tornando o osso predisposto a fraturas por traumas mínimos. **Objetivo:** Investigar a relação entre osteoporose e os aspectos negativos da qualidade de vida na terceira idade, contemplados pela literatura científica. **Metodologia:** Para tanto, este estudo trata-se de uma pesquisa bibliográfica, realizada na base de dados na Biblioteca Virtual de Saúde. Para coleta de dados referente ao tema foram utilizados os seguintes descritores: “osteoporose”, “qualidade de vida” e “idoso”. Foram identificados 4679 artigos completos, destes 37 foram considerados pertinentes ao objeto de estudo. Os artigos selecionados preenchem os seguintes critérios: ter sido publicado nos últimos três anos, população idosa e ter sido publicado em português. **Resultados e discussão:** Com o avanço da idade, é observado um maior número de quedas associada ao aumento do risco, devido ao acúmulo das alterações estruturais e funcionais que é verificado principalmente na presença da osteoporose, dentre as quais, a estratégia para sua prevenção, também como manutenção da força muscular e densidade mineral óssea, destaca-se o exercício físico como um dos mais imprescindíveis. Nas mulheres, a maior perda óssea que ocorre na menopausa tem uma imprescindível relação com a osteoporose, prevalecendo nas mulheres. Pode ser gerado um sentimento de submissão que interfere na maneira de agir e resolver problemas do idoso ao se sentir inseguro, pois é verificada a diminuição da sua autonomia. A fratura mais intensa e séria nos idosos com osteoporose é a fratura de fêmur, devido à alta mortalidade e custo, sendo verificados estudos que condizem que as pessoas mais idosas são mais vulneráveis a morte após fratura de fêmur. **Conclusão:** A partir desse estudo, percebe-se a necessidade de elaboração de políticas e programas de educação que visem propor ao idoso uma assistência e cuidado que interfira positivamente no tratamento da osteoporose. Indivíduos osteoporóticos submetidos em programas de atividade física constatarem diminuição da dor, aumento da mobilidade e da capacidade funcional. Praticar exercícios físicos, evitar o tabagismo e os excessos de café e álcool são medidas necessárias.