

RELAÇÃO ENTRE INDICADORES DE SARCOPENIA E MORAR SOZINHO EM LONGEVOS COMUNITÁRIOS

Marlon Cássio Pereira Grigol, Josemara de Paula Rocha, Renata Breda Martins,
Ana Paula Tiecker, Ângelo José Gonçalves Bós

RESUMO

INTRODUÇÃO: Indicadores de sarcopenia são importantes para avaliação da força muscular e saúde de longevos e seus resultados positivos podem influenciar na capacidade de morar sozinho. **OBJETIVO:** Investigar a relação entre indicadores de sarcopenia e morar sozinho em longevos comunitários. **MÉTODO:** Estudo observacional e analítico que avaliou longevos (≥ 87 anos) por conglomerados representativos de Porto Alegre, 2016-2018 (CAEE 55906216.0.0000.5336) caracterizando condições de saúde. Os indicadores de sarcopenia foram: força de preensão palmar (FPP) da mão dominante, circunferência da panturrilha (CP), perda de peso não intencional ($> 4\text{kg/ano}$) e teste Timed Up and Go (TUG). As associações foram testadas pelos testes de Qui-quadrado, Fisher e teste t de Student. **RESULTADOS:** Participaram 139 longevos que moravam com cuidador/familiar e 26 sozinhos, média etária $92,5 \pm 2,63$ anos, 71,9% mulheres e 65,5% viúvos. Indivíduos que moravam com cuidador/familiar tinham média de $16,4 \pm 7,40\text{Kg}$ de FPP, $22,3 \pm 18,59$ s de TUG, $32,8 \pm 3,97\text{cm}$ de CP e 82,3% relatou desconhecer ou não ter perda ponderal ($n = 135$). Os que residiam sozinhos apresentaram média de $16,7 \pm 7,67$ kgf de FPP ($p = 0,565$), $16,5 \pm 6,90$ s de TUG ($p = 0,010$), $33,3 \pm 3,76$ cm de CP ($p = 0,616$) e 77,3% relataram não ter perda ponderal ($p = 0,058$). **CONCLUSÃO:** Apenas o TUG foi significativamente associado com morar sozinho ou com cuidador/familiar. Os longevos que moravam sozinhos apresentaram melhor desempenho no TUG e melhor CP, porém apresentavam pior FPP, indicando risco de sarcopenia.

Palavras-chave: Envelhecimento; Força muscular; Sarcopenia; Saúde do idoso.

Agradecimentos: CAPES