



Tipo de trabalho: RESUMO SIMPLES (MÁXIMO 2 PÁGINAS)

ALTERAÇÕES MUSCULOESQUELÉTICAS E SUAS IMPLICAÇÕES EM IDOSOS¹

Nágila Bernarda Zortéa², Charise Dallazem Bertol³

¹ Trabalho de pesquisa UPF. Mestrado em Envelhecimento Humano

² Nágila Bernarda Zortéa: Esteticista e Cosmetóloga. Graduada pela Universidade de Passo Fundo. Mestranda do Curso de Pós-Graduação em Envelhecimento Humano pela Universidade de Passo Fundo. Bolsista CAPES. E-mail: naagibz@gmail.com,

³ Charise Dallazem Bertol: Farmacêutica. Doutora em Ciências Farmacêuticas (UFRGS, Porto Alegre-RS). Professora permanente do Programa de Pós-Graduação em Envelhecimento Humano da Universidade de Passo Fundo. E-mail: charise@upf.br

Introdução: Diversas são as alterações biológicas que acometem o idoso. As alterações biológicas ocorrem nos sistemas: cardiovascular, digestório, endócrino, imunitário, musculoesquelético, neurológico, reprodutor, respiratório, sensitivo, tegumentar e urinário. Essas alterações acarretam em implicações negativas à qualidade de vida do idoso. O sistema musculoesquelético está entre os mais afetados. **Objetivo:** Buscar na literatura as alterações relacionadas ao sistema musculoesqueléticos e suas implicações. **Metodologia:** Foram realizadas buscas bibliográficas na base de dados Periódicos Capes, no período de 2012 a 2018, com descritores encontrado no DeCs: Physiology, AND Aging. **Resultados:** No sistema musculoesquelético há diminuição de densidade muscular, perdas de fibras esqueléticas, degeneração das cartilagens articulares diminuindo a flexibilidade e a função locomotora, fraqueza muscular, diminuição da elasticidade e comprimento das fibras, perda de elasticidade dos tendões, perda da massa muscular e de tecido ósseo e sarcopenia. A perda de tecido ósseo provoca uma maior vulnerabilidade de fraturas e quedas, perda de altura, desgastes articulares e ósseos, podendo levar a incapacidade dos movimentos e prejudicando as atividades funcionais, gerando dor e incapacidade. Inúmeros são os fatores que favorecem o desenvolvimento da sarcopenia, tais como: inatividade física, doenças neurodegenerativas, disfunções mitocondriais, alterações endócrinas, imobilidade e distúrbios nutricionais. **Conclusão:** Um envelhecimento saudável, isento de patologias, é passível de ser alcançado, porém não isento de mudanças biológicas, as quais devem ser consideradas durante essa fase. Essas mudanças requerem um cuidado especial ao idoso, pois o torna vulnerável por exemplo a quedas pelas mudanças biológicas ocorridas no sistema musculoesquelético e mudanças ocorridas em outros sistemas, como nervoso e na visão.

Palavras Chaves: Envelhecimento; Fraqueza muscular; Quedas; Fraturas

Agradecimentos: À Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES).



6° CONGRESSO INTERNACIONAL EM SAÚDE CISaúde

Vigilância em Saúde: Ações de Promoção,
Prevenção, Diagnóstico e Tratamento



Tipo de trabalho: RESUMO SIMPLES (MÁXIMO 2 PÁGINAS)