



ESTRATÉGIAS UTILIZADAS FRENTE AOS IMPACTOS DA OSTEOARTRITE NA SENESCÊNCIA: UMA REVISÃO DA LITERATURA

Giovana de Vasconcelos Donnianni ¹
Rubens da Silva Araújo ²
Adriano Francisco Alves ³

RESUMO

O perfil demográfico da população brasileira até os dias atuais se encontra em uma constante modificação, cuja maior característica é a elevação da expectativa de vida. Esse fator possui como consequência o crescimento no número de idosos, e o envelhecimento é determinado por uma sucessão de alterações no organismo do indivíduo, afetando de maneira significativa na sua independência e autoestima, visto a maior susceptibilidade ao agravo da capacidade funcional, como também o desenvolvimento de doenças crônicas e/ou reumáticas, como a osteoartrose, que é caracterizada como uma doença articular degenerativa, de evolução lenta e progressiva, gerando desde dor, inflamação, crepitação, edema, rigidez, ulceração e fibrilação, até a perda completa da cartilagem. O objetivo deste estudo é apresentar achados pertinentes aos impactos da osteoartrite na qualidade de vida de idosos, destacando estratégias utilizadas para reduzir incômodos, através de uma revisão da literatura de análise qualitativa. Os impactos negativos que essa doença provoca no cotidiano dos idosos são diversos, impedindo e limitando-os de realizar suas atividades cotidianas, afetando drasticamente a qualidade de vida, e impactando ainda a vida pessoas que fazem parte de seu cotidiano. Embora não exista cura para a osteoartrose, é possível reduzir os danos progressivos ocasionados por meio de uma grande variedade de estratégias não farmacológicas e farmacológicas, como a acupuntura, hidroterapia, laser terapia, mobilização articular e medicamentos que atuam como analgésicos e anti-inflamatórios.

Palavras-chave: Doenças reumáticas, Idosos, Osteoartrite, Qualidade de vida, Tratamento.

INTRODUÇÃO

A partir da metade do século XX, ocorreram diversos avanços tecnológicos e de saúde, os quais propiciaram uma melhora da qualidade de vida da população. Dentre as alterações, vale ressaltar a instituição do Sistema Único de Saúde, que garantiu a assistência para a prevenção e tratamento de complicações de saúde de forma integral e individualizada (MIRANDA; MENDES; DA SILVA, 2016).

À vista disso, o perfil demográfico da população brasileira até os dias atuais se encontra em uma constante modificação, cuja maior característica é a elevação da expectativa

¹ Graduanda do Curso de Farmácia da Universidade Federal do Paraná - UFPR, giovanavdonnianni@gmail.com;

² Graduando do Curso de Farmácia da Universidade Federal da Paraíba - UFPB, rub.fpb@gmail.com;

³ Professor orientador: Doutor, Universidade Federal da Paraíba - UFPB, adrianofalves@gmail.com.

de vida. Esse fator possui como consequência o crescimento no número de idosos, que segundo o último censo realizado pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), ultrapassou a marca de 30 milhões de idosos no Brasil (DRESCH, 2017; BRASIL, 2018).

O processo natural de envelhecimento é determinado por uma sucessão de alterações no organismo do indivíduo, no que tange a aspectos físicos, bioquímicos, psicológicos, bem como socioculturais. Essas mudanças são inerentes de cada idoso, afetando de maneira significativa na sua independência e autoestima, visto a maior susceptibilidade ao agravamento da capacidade funcional, como também o desenvolvimento de doenças crônicas e/ou reumáticas, como a osteoartrose (DA SILVA, 2019; PONTES; DE FREITAS, 2019).

A osteoartrose (OA) (também denominada osteoartrite) é caracterizada como uma doença articular degenerativa, de evolução lenta e progressiva, em que há uma série de eventos que desequilibram o acoplamento correto da síntese e degradação do osso subcondral e da cartilagem articular, gerando desde dor, inflamação, crepitação, edema, rigidez, ulceração e fibrilação, até perda completa da cartilagem. Esse acometimento, provoca uma dor crônica devido a rica inervação do osso subcondral e membrana sinovial, gerando grande impacto no cotidiano dos indivíduos, que ocasiona frequentemente diversas limitações aos idosos, como incapacidade funcional, fragilidade física e emocional (MENDES, 2017; CASTRO *et al.*, 2017).

A osteoartrose pode ser classificada etiologicamente em primária ou secundária. A primária seus fatores causais são desconhecidos, porém fatores hereditários estão envolvidos com uma maior incidência de acometimento em mulheres no climatério. A forma secundária ocorre mediante traumas, obesidade, fraturas, doenças hematológicas e inflamatórias. Os sintomas surgem com uma frequência em indivíduos acima de 70 anos de idade (CASTRO *et al.*, 2017).

As articulações que mais estão envolvidas a essa doença são: joelho, coluna cervical e lombar, quadril, 1ª carpometacárpica e 1ª metatarso-falangeana, além da interfalangeana distal e proximal. Porém, a articulação do joelho quando comparada às outras articulações, apresenta maior prevalência, cerca de 33,6%. De acordo com as diretrizes do The European League Against Rheumatism para diagnosticar a osteoartrite, é recomendado que se encontre pelo menos três sintomas como: rigidez matinal, dor persistente e limitações funcionais, além de três sinais clínicos como: restrição de amplitude de movimento, crepitação e deformidades articulares (COIMBRA *et al.*, 2019).

A elevada incidência e altos custos atribuídos ao tratamento da AO em uma sociedade em envelhecimento, tende a levar os profissionais de saúde e gestores a buscarem terapias que sejam acessíveis financeiramente, ofereçam alto potencial preventivo e/ou minimizador dos impactos, como a prática de atividades físicas e utilização de recursos como a água. (ARAÚJO *et al.*, 2018).

Essa condição de saúde é a forma com maior prevalência em idosos, e ainda não há cura, tornando assim, de extrema importância a atuação de uma equipe multiprofissional no cuidado desses pacientes, buscando as melhores estratégias a fim de principalmente amenizar a dor, e então, restabelecer a sua qualidade de vida (MAKOTO, 2016).

Diante do exposto, o objetivo deste estudo é apresentar achados da literatura pertinentes aos impactos da osteoartrite na qualidade de vida de idosos, destacando estratégias utilizadas para reduzir incômodos.

METODOLOGIA (OU MATERIAIS E MÉTODOS)

O desenvolvimento desta revisão da literatura de análise qualitativa, contou com a realização pesquisas em fontes primárias, possuindo como critérios de inclusão artigos e teses originais, de livre acesso, disponíveis em qualquer idioma e publicados no período compreendido entre 2015 e 2020. A busca desses estudos, foi realizada em plataformas como Scielo, Google Scholar e PubMed, visto que possui elevada confiabilidade. Foram selecionados estudos que abordassem os impactos da osteoartrite na qualidade de vida de idosos, bem como os que enfatizavam estratégias para melhora dessa condição. Para realização da busca, foram utilizadas as seguintes palavras-chave: Doenças reumáticas, Idosos, Osteoartrite, Qualidade de vida, Tratamento. À princípio, foi efetuado a leitura dos resumos das teses e artigos selecionados antecipadamente pelo título, e posteriormente fez-se a leitura dos trabalhos completos para inclusão ao estudo. A presente revisão da literatura foi submetida ao sistema de identificação de plágio, pela Plagium™.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

No estudo transversal de base populacional realizado por Nunes e seus colaboradores (2017), foram realizadas entrevistas com 1.473 idosos no município de Bagé – RS, foram obtidos como resultado um percentual de 63,0% de mulheres, 51,4% de indivíduos de idade

igual ou superior a 70 anos. Além disso, no que tange as complicações de saúde presentes, 55,3% possuía diagnóstico de hipertensão arterial, 27,2% de reumatismo, artrite ou artrose e 15,1% de diabetes mellitus, dentre os quais 34,1% possuíam deficiência cognitiva.

A osteoartrite é um desequilíbrio que apresenta associação com fatores como idade e gênero. É comprovado que ao longo dos anos, há alterações fisiológicas que aumentam o risco de desenvolvê-la, como redução da força muscular e coordenação, enfraquecimento de ligamento e tendões, dificuldade de habilidades motoras e aumento da gordura no corpo. No que diz respeito a elevada porcentagem no gênero feminino a desenvolver a doença, há uma correlação ao fato de que existe uma maior vulnerabilidade ao desgaste da articulação, por causa dessa região da cartilagem articular na região tibial e da patela ser fisiologicamente diminuída (SANTOS *et al*, 2015).

Foram recrutados uma amostra de 3.478 idosos em um estudo de Francisco e colaboradores (2018), do tipo transversal de base populacional na comunidade de seis municípios, dentre esses Campinas (São Paulo), Belém (Pará), Parnaíba (Piauí), Campinas Grande (Paraíba), Poços de Caldas (Minas Gerais), Ivoti (Rio Grande do Sul) e do subdistrito de Ermelino Matarazzo, em São Paulo. Locais onde cerca dos 1.136 possuíam idade igual ou superior a 65 anos, e citaram ter o diagnóstico médico prévio de reumatismo ou artrite. Desses, por sua vez, 79,1% eram mulheres, o que corrobora com o estudo abordado anteriormente. Além disso, aproximadamente 45,9% com essa condição de saúde, apresentavam dependência funcional, ou seja, dependência para realizar atividades cotidianas. As atividades que mais necessitaram de auxílio, segundo esse estudo, foram tomar medicamentos (61,0%), realização de compras (52,4%), supervisão das finanças individuais (49,5), arrumar a casa (48,4%), utilização de meio de transporte (45,7%), como também usar o telefone (45,6).

A Organização Mundial da Saúde ressalta a importância do cuidado ao idoso, pois o avançar da idade gera um impacto na capacidade desses indivíduos de adaptação as suas atividades diárias. As doenças crônicas inflamatórias que lesionam as articulações prejudicam de forma mais acelerada a capacidade física no desempenho de suas ações, pela sua fisiopatologia relacionada principalmente com o prejuízo na movimentação (FRANCISCO *et al.*, 2018).

Na pesquisa de abordagem transversal alinhado com estudo de coorte realizado por Pancotte e seus colaboradores (2017) em um espaço de frequente convivência entre idosos no município de Passo Fundo – RS, foram analisados aspectos que influenciavam no processo de

saúde e doença dos indivíduos. Observou-se um percentual de 40,9% associados aqueles que possuíam uma única doença e 41,9% duas ou mais. Desses, 8% era caracterizado especificamente de osteoartrose.

Apesar de não haver possibilidade de cura, existem diversas estratégias que podem ser avaliadas como ferramenta de amenizar os sintomas da doença, bem como melhorar o prognóstico do idoso acometido como garantia da melhora físico-emocional no contexto em que vive. Dentre as estratégias, vale ressaltar o tratamento não farmacológico, em que há uma variedade de práticas que demonstram melhorias significativas, como é o caso do coping, acupuntura, crioterapia, hidroterapia, cinesioterapia, sessões de fisioterapia, entre outros. A estratégia terapêutica medicamentosa, por sua vez, se indica o uso principalmente de analgésicos e anti-inflamatórios para reduzir os sintomas (MARCONCIN *et al.*, 2019).

No estudo realizado por De Oliveira e seus colaboradores (2018), foram coletados resultados de aproximadamente 1.121 pacientes atendidos Instituto Nacional de Traumatologia e Ortopedia associados ao Programa de Acompanhamento de Osteoartrite presente no Estado do Rio de Janeiro. Na análise quanto a utilização de medicamento como estratégia de aliviar os sinais e sintomas presentes nessa doença, foi citada a Diacereína, e sua utilização em associação com uma viscosuplementação na maioria dos relatos, representando 62% e 44%, respectivamente. Além disso, a demanda foi elevada para uso de dipirona, representando 36% da amostra, bem como indicação de opioides com 25% dos pacientes atendidos.

A diacereína é um fármaco que vem sendo amplamente indicado no tratamento de doenças reumáticas nos idosos, cujo mecanismo de ação está relacionado ao estímulo de uma produção de elementos essenciais na composição da matriz cartilaginosa. Além disso, possui ação analgésica e anti-inflamatória. Em virtude da sua não disponibilidade no SUS, torna-se um tratamento não acessível a toda população, o que provoca a busca de novas estratégias para aliviar os sintomas da doença (BRASIL, 2020).

Diante da estratégia de utilização da acupuntura na dor crônica, Manheimer e seus colaboradores (2018), realizaram 33 ensaios clínicos randomizados e controlados, com critérios de inclusão subdivididos na classificação da dor em aguda ou crônica, no estilo de acupuntura e o tipo de grupo controle usado. Nesse estudo, a utilização de acupuntura Sham, a qual é realizada fora dos pontos de acupuntura, bem como a acupuntura verdadeira realizada nos pontos determinados por essa prática chinesa. Demonstrou-se por meio dessa, a redução

de 60% das dores lombares dos indivíduos, em contraste com 39% de melhora com tratamento medicamentoso tradicional.

A acupuntura é uma das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde que visa não apenas o tratamento do local da dor, ou complicação da saúde, também leva em consideração o reequilíbrio do corpo como um todo, por meio de estímulos no sistema nervoso central. Essa prática é realizada por meio de pontos de acupunturas dispersos por toda a superfície do corpo, e através de agulhas ou estímulos elétricos por exemplo, pode-se estimular hormônios, neurotransmissores, modificar a circulação sanguínea para provocar no geral, a analgesia e relaxamento muscular (LOPES, 2019).

Cechetti (2016) menciona um estudo realizado com 71 indivíduos diagnosticados com osteoartrose, os quais aproximadamente metade realizaria tratamento com hidroterapia, e a outra foi definida como grupo controle. Após duas sessões, foi mencionado uma melhora de 75% da capacidade funcional, sendo desses apenas 17% do grupo controle. Além disso, foi analisado uma redução de 33% da dor em movimento. Pesquisa essa, colaborou com a desenvolvida por Fransen e seus colaboradores, em que foi observado em uma amostra de 152 pessoas idosas também com osteoartrose comparando estratégias no alívio da dor, divididos em grupo controle, Tai Chi e hidroterapia. O resultado significativo para alívio da dor, foi constatado apenas com o tratamento realizado com hidroterapia.

A mobilização articular também é uma técnica comumente empregada em idosos que consiste em movimentos passivos oscilatórios de pequena amplitude, visando restaurar movimentos artrocinemáticos. E seus efeitos em idosos consistem na melhora da congruência articular, diminuição do atrito mecânico na articulação, restauração biomecânica, além da diminuição da dor. São amplamente utilizadas por fisioterapêutas, possuindo baixo custo e ótima efetividade no tratamento da osteoartrite de joelho em idosos (COIMBRA et al., 2019).

Em um estudo realizado por Abreu e colaboradores (2020) na Clínica de Fisioterapia da Universidade Municipal de São Caetano do Sul, com idosos a partir dos 60 anos de idade com osteoartrite de joelho, foi constatada uma melhora funcional dos idosos mediante utilização da laser terapia de baixa intensidade, que é uma modalidade de tratamento não invasivo e de baixo custo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A osteoartrite é a complicação de saúde articular que mais acomete a população idosa, e que consiste em uma instabilidade no sistema articular e ósseo, os quais acarretam em um

desequilíbrio na homeostase do corpo, causando sintomas e limitações que afetam drasticamente a qualidade de vida desse grupo populacional.

Atualmente, existem terapias farmacológicas e não farmacológicas através das Práticas Integrativas e Complementares em saúde, que visam minimizar os transtornos causados por esta doença que não possui cura. E tais medidas vêm surtindo efeito positivo, diminuindo a dor e fazendo com que os idosos acometidos possam realizar suas atividades diárias de maneira mais independente e também reduzindo complicações que possam culminar em internações hospitalares.

Os estudos expostos neste trabalho, reafirmaram os impactos negativos que essa doença provoca no cotidiano dos idosos, no que tange a realização de suas tarefas diárias, e que influencia como um todo na sua condição de saúde, afetando ainda as pessoas que vivem no seu contexto social. Mesmo que não haja a cura da osteoartrite, é possível reduzir os danos progressivos ocasionados por meio de uma grande variedade de estratégias terapêuticas, como a acupuntura, hidroterapia, laser terapia, mobilização articular, além de medicamentos que atuam como analgésicos e anti-inflamatórios.

REFERÊNCIAS

ABREU, Thaysson Silva et al. Os benefícios da laserterapia de baixa intensidade associados a exercícios domiciliares em idosos com osteoartrite de joelho. **Revista Pesquisa em Fisioterapia**, v. 10, n. 1, p. 16-24, 2020.

ARAÚJO, Thiago Batista et al. Exercícios aquáticos no tratamento da osteoartrite de quadril e joelho em idosos. **RBPFX-Revista Brasileira De Prescrição E Fisiologia Do Exercício**, v. 12, n. 80, p. 1208-1215, 2018.

BRASIL, Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Número de idosos cresce 18% em 5 anos e ultrapassa 30 milhões em 2017**, 2018. Acessado em: 05/11/2020. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/20980-numero-de-idosos-cresce-18-em-5-anos-e-ultrapassa-30-milhoes-em-2017>

BRASIL, Ministério da Saúde. **Geriatría e cuidados paliativos**. Brasília, 2020. Acessado em: 05/11/2020. Disponível em: <https://antigo.saude.gov.br/images/pdf/2020/September/17/Manual-CuidadosPaliativos-vers--o-final.pdf>

CASTRO, Francisco et al. Hidroterapia no tratamento da Osteoartrite de quadril: revisão bibliográfica. **DêCiência em Foco**, v. 1, n. 1, 2017.

CECHETTI, Fernanda. Reabilitação aquática como recurso de tratamento da osteoartrose de quadril e joelho. **Fisioterapia Brasil**, v. 13, n. 5, p. 384-389, 2016.

COIMBRA, Giselle Gomide Britto et al. Eficácia da mobilização articular no tratamento da osteoartrite de joelho em idosos: revisão da literatura. 2019.

DA SILVA, Grasiela Martins. Análise do impacto orçamentário da viscosuplementação no tratamento não cirúrgico da osteoartrite de joelho. **Caderno Saúde Pública**, v. 35, n. 10, 2019.

DE OLIVEIRA, Cristiane rocha, et al. Impacto orçamentário da diacereína no tratamento da osteoartrite de joelho. **Jornal de Assistência Farmacêutica e Farmacoeconomia**, v. 3, n.3, p. 27-36, 2018.

FRANCISCO, Priscila Maria Stolses Bergamo et al. Incapacidade funcional para atividades instrumentais da vida diária em idosos com doenças reumáticas. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 21, n. 5, 2018.

LOPES, Mayara Aparecida et al. USO DA ACUPUNTURA NA DOR. **Acta Elit Salutis**, v. 1, n. 1, p. 31. 2019.

MANHEIMER, Eric et al. Acupuncture for hip osteoarthritis. **Cochrane Database Syst Rev**, v. 5, n. 5, 2018.

MARCONCIN, Priscila et al. O impacto dos sintomas da osteoartrose nas estratégias de coping em idosos. **Rev. Psicologia: Saúde e Doenças**, v. 20, n. 1, 2019.

MAKOTO, W. Os males da artrite e da artrose. *Rev clinica; fisioterapia e ortopedia*, v. 1, 2015.

NUNES, Julia Damasceno et al. Indicadores de incapacidade funcional y factores asociados en ancianos: estudio de base poblacional en Bage, Rio Grande do Sul, Brasil. **Revista Epidemiologia e Serviços de Saúde**, v. 26, n. 2, 2017.

PANCOTTE, Julia et al. Osteoartrite: prevalencia e presença de fatores associados em idosos ativos. **Revista de Ciências Médicas e Biológicas**, v.16, n.1, p. 40-44, 2017.

PONTES, Catarina Ferreira; DE FREITAS, Erlane Aguiar Feitosa. Processo de Envelhecimento: Atuação do Enfermeiro na Prevenção e Manutenção da Diabetes e Hipertensão na Atenção Primária. **Revista Interdisciplinar em Violência e Saúde**, v. 2, n. 1, 2019.

FRANCISCO Priscila Maria Stolses Bergamo et al. Incapacidade funcional para atividades instrumentais da vida diária em idosos com doenças reumáticas. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. , n. 5, 2018.

DRESCH, Flavia Kirsch et a. Condição de saúde auto percebida e prevalência de doenças crônicas não transmissíveis em idosos atendidos pela estratégia de saúde da família. **Revista conhecimento online**, v.2, 2017.



MIRANDA, Gabriela Morais Duarte Miranda; MENDES, Antonio da Cruz Gouveia Mendes; DA SILVA, Ana Lucia Andrade. O envelhecimento populacional brasileiro: desafios e consequências sociais atuais e futuras. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v.9, n.3, p. 507-519, 2016.

SANTOS, João Paulo M. et al. Análise da funcionalidade de idosos com osteoartrite. **Revista Fisioterapia e Pesquisa**, v.22, n. 2, p. 161-168, 2015.