



ISSN 2594-6445

---

## **AVALIAÇÃO DA SARCOPENIA COM A DEPRESSÃO EM IDOSOS NÃO INSTITUCIONALIZADOS NO MUNICÍPIO DE VÁRZEA GRANDE**

Camila Xavier Ruver

Álvaro Silvério Avelino da Silva

Jéssika Cristina Vieira De Lima Ferreira

LuccaAldigueriTrentin

Paula Pexe Alves Machado

Patrícia da Silva Ferreira

### **RESUMO**

O estado nutricional dos idosos sofre grandes alterações fisiológicas, como redução no metabolismo basal, mudanças no desempenho digestivo, podendo ocorrer carências nutricionais e predisposição ao desenvolvimento da desnutrição, assim como perda de massa muscular, conseqüentemente a sarcopenia. Recentemente estudos mostraram que a sarcopenia estava associada à depressão devido seu fator debilitante e incapacitante, causando frustração e como consequência a depressão. Avaliar a ocorrência de sarcopenia e correlaciona-la com a depressão em idosos residentes na zona urbana do município de Várzea Grande, MT. Trata-se de um estudo transversal, com abordagem em idosos de comunidade, acompanhados pela unidade de saúde de sua região e pelo Programa de Interação Comunitária (PIC) do Centro Universitário de Várzea Grande que concordaram em participar da pesquisa e assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Os dados coletados relativos a variáveis demográficas, antropométricas, triagem de risco de sarcopenia (SARC-F), questões relacionadas a estresse psicológico e depressão. Foram coletados 284 idosos, sendo 193 (67,7%) do sexo feminino, com média de idade de 68,92 anos (DP±8,20). Envolvendo idosos de 12 unidades de saúde da família (USF) do município de Várzea Grande, sendo que 66% responderam ter terminado o ensino fundamental e 48,8% possuíam renda de até 1 salário mínimo. No que se refere à prática de atividades físicas diárias, apenas 16,8% realizavam mais de 3 dias por semana, enquanto a maioria da população demonstrou sedentarismo (59,6%). Esses dados corroboram aos encontrados pela avaliação do IMC,



ISSN 2594-6445

---

com IMC Médio de  $28,22 \pm 4,85$ , sendo 6,3% desnutridos, 36,5% eutróficos ou bem nutridos e 57,2% com sobrepeso e/ou obesidade. As características psicológicas observadas foram quase um terço (34,7%) em estresse psicológico e apenas 34 indivíduos responderam estar em depressão grave. Ao analisarmos de acordo com o questionário SARC-F classificando-os em “com ou sem risco de sarcopenia”, encontramos 65 indivíduos sem risco de sarcopenia e com estresse e apenas 34 em risco de sarcopenia e também em estresse psicológico, parecendo não ser possível relacionar estresse psicológico e presença de sarcopenia. Entretanto, os que responderam ter depressão grave, estavam igualmente distribuídos em com e sem risco de sarcopenia (50% e 50%). Em relação ao risco de sarcopenia, foi observado apenas 25,3% da população, e ao dividirmos entre homens e mulheres, podemos observar que a presença de risco de sarcopenia foi maior entre as mulheres com 59 (81,95%) e 13 (18,05%) respectivamente. Foi perceptível aumento de peso, sobrepeso e/ou obesidade nos idosos avaliados, baixo risco para sarcopenia, entretanto esse risco foi relacionado as mulheres. Entretanto, não foi possível relacionar alterações psicológicas e depressão com a sarcopenia. Sendo importante acompanhar o aumento de peso dessa população e observar a incidência de obesidade sarcopênica nos próximos anos, evitando diversas comorbidades relacionadas a essas patologias.

**PALAVRAS-CHAVE:** Depressão; Sarcopenia; Idosos.