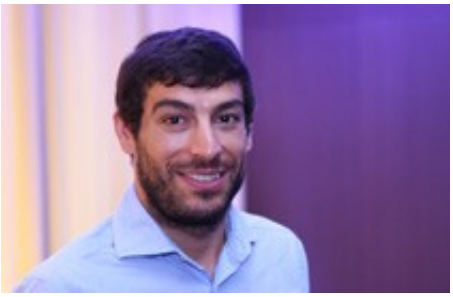
justNews
a partilhar informação desde 1981

4 de outubro de 2019

http://justnews.pt/noticias/prevenir-a-fragilidade-no-idoso-exige-colaboracao-entre-profissionais-de-saude-e-da-area-social



«Prevenir a fragilidade no idoso exige colaboração entre profissionais de saúde e da área social»

João Paulo de Almeida Tavares
Escola Superior de Saúde da Universidade de Aveiro (ESSUA)

O termo "fragilidade" tem sido utilizado cientificamente desde 1979. Atualmente, representa uma das síndromes geriátricas mais relevante e com maior impacto na qualidade de vida e bem-estar das pessoas idosas.

Esta síndrome não representa uma doença específica, mas a perda da capacidade funcional associada à má nutrição e inflamação. Independente do modelo fisiológico da fragilidade, assume-se que é um processo dinâmico que conduz a uma espiral de declínio em vários domínios funcionais e exacerba o risco de outras síndromes geriátricas.

O conhecimento das causas predisponentes e/ou precipitantes da fragilidade e a deteção precoce de sinais e sintomas (condição pré-frágil) por parte dos profissionais de saúde auxiliará a evitar a instalação da síndrome a partir da adoção de intervenções específicas.

Todavia, perante a presença de uma pessoa idosa frágil, é necessária a implementação de medidas de intervenção quer ao nível primário, quer ao nível secundário.

As intervenções na fragilidade devem ter como objetivos: Prevenir, atrasar, reverter ou reduzir a severidade da fragilidade; Prevenir ou reduzir os eventos de saúde adversos naquelas em que a fragilidade não é reversível; Estratégias de intervenção efetivas têm vários benefícios para a pessoa idosa, as famílias e toda a sociedade.

justNews
a partilhar informação desde 1981

João Paulo de Almeida Tavares

Ao longo das últimas décadas, intensificou-se a investigação sobre as intervenções para a prevenção da fragilidade. Uma das estratégias mais consensuais na literatura é o rastreio da fragilidade para identificar pessoas idosas "em risco". Estas irão beneficiar de uma avaliação geriatria global e, posteriormente, de uma intervenção dirigida.

Dentre as intervenções, os estudos de revisão sistemática evidenciam:
1) programas de exercício físico;
2) suplementação nutricional;
3) suplementação hormonal;
4) intervenção individualizada na gestão de condições clínicas;
5) sessões de grupo;
5) visita domiciliária;
6) terapia psicológica;
7) treino cognitivo;
8) sessões de educação para a saúde individualizadas realizadas por profissionais especialistas em geriatria
e 9) tratamento combinado. Estas intervenções demonstram ser confiáveis, com uma taxa de adesão de 70% na maioria dos estudos.

Estas intervenções devem ter como objetivo manter o equilíbrio homeostático. Para a prossecução deste objetivo e para responder às necessidades da pessoa idosa, deve existir uma colaboração entre os profissionais de saúde e da área social e as intervenções devem ser coordenadas e articuladas. Isto implica um trabalho verdadeiramente interdisciplinar.

Pelos desfechos negativos da fragilidade, adotar estratégias preventivas é, sem sombra de dúvidas, o melhor remédio!

Unidade de Ortogeriatria do CHVNG/E com balanço positivo
P. 6/7

Fernando Montenegro Sá
Fibrilhação auricular e anticoagulação no idoso
P. 11

José António Pereira da Silva
A importância de avaliar o risco de fratura osteoporótica depois dos 50 anos
P. 10

Siga-nos just news

Veja as fotos do Curso em justnews.pt

Jornal Médico Congresso
DIRETOR: JOSÉ ALBERTO SOARES
DISTRIBUIÇÃO GRATUITA
NO DIA 20 DE SETEMBRO 2019

XVII CURSO PÓS-GRADUADO SOBRE ENVELHECIMENTO
GERIATRIA PRÁTICA

COIMBRA | 19 e 20 de setembro 2019

Publicações justNews
www.justnews.pt

Mais de 4000 disseram sim...
...inscreveram-se para participar na 17.ª edição do Curso presidido por Manuel Teixeira Veríssimo

JOÃO MALVA, NEUROCIENTISTA E COORDENADOR DO CONSÓRCIO AGEING@COIMBRA:

"Envelhecimento ativo deve ser prioridade política materializada em boas práticas"

P. 4/5

TERAPÊUTICA NOS MUITO IDOSOS, QUE LIMITES?

Diabetes

Lélita Santos

Assistente hospitalar graduada sénior de Mi do CHUC. Professora da FMUC

A diabetes é uma doença metabólica com elevada prevalência nos idosos. A diabetes tipo 2 é, também, a mais frequente neste grupo etário, acompanhando-se de maiores taxas de amputações, enfarte do miocárdio, perda da visão, doença renal terminal e morte por hiper ou hipoglicemia.

As síndromes geriátricas nos muito idosos, a polifarmácia, as situações de dependência e de apoio social e o risco elevado de hipoglicemia conduzem uma maior dificuldade na abordagem desses doentes.

A decisão sobre a melhor estratégia no tratamento do idoso diabético depende, sobretudo, de dois aspetos fulcrais: a expectativa de vida e a capacidade funcional. Estes pontos devem ser valorizados a partir da avaliação geriátrica global prévia, dando particular ênfase às vertentes cognitiva, funcional, psíquica, nutricional e social.

O controlo otimizado da diabetes no idoso tem os seguintes objetivos: melhorar a qualidade de vida e o bem-estar, evitar as hipoglicemias, evitar sintomas de hiperglicemia, evitar efeitos adversos da medicação, prevenir a perda de peso indesejada devido a uma alimentação inadequada e prevenir complicações macro e microvasculares.

O tratamento inicial da diabetes no idoso é semelhante ao dos mais jovens, incluindo a alimentação, aumento da atividade física, melhoria do controlo metabólico e prevenção de complicações. O tratamento farmacológico deve ser estabelecido de acordo com as capacidades pessoais e as comorbilidades de cada doente.

Para a terapêutica farmacológica, o objetivo imediato é evitar as flutuações glicémicas, quer hipoglicemias, quer hiperglicemias.

Não havendo contraindicações, a primeira opção no tratamento será a metformina, tendo em consideração a função renal do doente e a titulação muito gradual da dose.

(Continua na página 2)

HOSPITAL Público
A PARTILHA DE BOAS PRÁTICAS

Distribuído aos profissionais de saúde das unidades hospitalares do SNS.

justNews
a partilhar informação desde 1981
www.justnews.pt

Artigo publicado no Jornal do XVII Curso Pós-Graduado sobre Envelhecimento.