

## TRIAGEM DE SARCOPENIA EM IDOSOS ATRAVÉS DO QUESTIONÁRIO SARC-F + CC

FERNANDES, Lara Vilar<sup>1</sup>
TEIXEIRA, Thiciane Amabily<sup>2</sup>
LAGE, Flávia Fonseca<sup>3</sup>
CASTRO, Isabela Coelho<sup>4</sup>
MELO, Camila Maria<sup>5</sup>
PORTO, Laura Cristina Jardim<sup>6</sup>
SANTIAGO, Andrezza Fernanda<sup>7</sup>

## **RESUMO**

A sarcopenia caracteriza-se por uma perda progressiva de massa e força muscular, com um risco aumentado de resultados adversos, como incapacidade, quedas, fraturas e baixa qualidade de vida. O objetivo da pesquisa foi realizar uma triagem de sarcopenia em idosos da comunidade, utilizando o SARC-F + CC. Trata-se de um questionário utilizado para a triagem de sarcopenia e é composto por perguntas que baseiam-se em análises de bancos de dados referentes a populações idosas. A sigla SARC-F + CC descreve os seis componentes retratados no questionário que são a força, ajuda para caminhar, levantar-se de uma cadeira, subir escadas, quedas e circunferência da panturrilha, que é aferida em sua parte mais protuberante. A resposta para cada pergunta recebe uma pontuação de zero a dois pontos de acordo com o grau de dificuldade relatado pelo paciente; nenhum =0; alguma = 1; muita ou não consegue = 2. A circunferência da panturrilha menor ou igual a 33 cm para mulheres e menor ou igual a 34 cm para homens representa 10 pontos. Um escore final maior ou igual a 11 pontos é um indicativo de sarcopenia. Estudos demonstram que a inserção da

<sup>&</sup>lt;sup>1</sup> Departamento de Nutrição – Programa de Pós-Graduação em Nutrição e Saúde - Universidade Federal de Lavras (UFLA); laravilarf@hotmail.com

<sup>&</sup>lt;sup>2</sup> Departamento de Nutrição – Programa de Pós-Graduação em Nutrição e Saúde - Universidade Federal de Lavras (UFLA); thicianeamabily@gmail.com

<sup>&</sup>lt;sup>3</sup> Departamento de Nutrição – Programa de Pós-Graduação em Nutrição e Saúde - Universidade Federal de Lavras (UFLA); nutriflavialage@gmail.com

<sup>&</sup>lt;sup>4</sup> Departamento de Nutrição – Programa de Pós-Graduação em Nutrição e Saúde - Universidade Federal de Lavras (UFLA); isabela.castro@ufla.br

<sup>&</sup>lt;sup>5</sup> Departamento de Nutrição – Programa de Pós-Graduação em Nutrição e Saúde - Universidade Federal de Lavras (UFLA); camila.melo@ufla.br

<sup>&</sup>lt;sup>6</sup> Departamento de Nutrição – Programa de Pós-Graduação em Nutrição e Saúde - Universidade Federal de Lavras (UFLA); laurap@ufla.br

<sup>&</sup>lt;sup>7</sup> Departamento de Nutrição – Programa de Pós-Graduação em Nutrição e Saúde - Universidade Federal de Lavras (UFLA); andrezza.santiago@ufla.br

circunferência da panturrilha melhorou a performance do SARC-F no rastreamento da sarcopenia. A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisas com Seres Humanos da UFLA, através do parecer nº 3.049.720. O questionário foi aplicado em 50 indivíduos com idade ≥ 60 anos que frequentam uma Associação de Aposentados e Idosos da cidade de Lavras, Minas Gerais, nos meses de maio a agosto de 2019. Foram entrevistadas 41 mulheres e 9 homens. Notou-se que, dentre os indivíduos, 8 (16%) apresentaram risco para sarcopenia, sendo 7 mulheres e 1 homem, com média de 11,63 ± 1,06 pontos. Os 42 idosos (84%) que não apresentaram risco para sarcopenia obtiveram média de 1,29 ± 2,19 pontos. Diante dos resultados, conclui-se que é de suma importância a identificação precoce de idosos com risco de sarcopenia com o intuito de retardar e/ou prevenir a perda de massa e força muscular, evitando assim, a hospitalização em decorrência de quedas, fraturas, além de melhorar a qualidade de vida nesse grupo.

Palavras-chave: Envelhecimento; Força Muscular; Sarcopenia.