



# Anais

## I Seminário Internacional de Promoção da Saúde do Idoso

16 e 17 de maio de 2017

Palhoça/SC

---

### Conhecimento de idosos atendidos pelo Sistema Único de Saúde quanto ao uso de plantas medicinais e fitoterapia

Diego Zapelini do Nascimento<sup>1</sup>, Gabriela Moreno Marques<sup>1</sup>, Andriele Aparecida Vieira<sup>1</sup>, Mayara Duarte Pickler<sup>1</sup>, Simony Davet Muller<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universidade do Sul de Santa Catarina, Tubarão, Brasil.

**Introdução:** A partir das recomendações da Organização Mundial de Saúde (OMS), o Brasil em 2006 aprovou a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no Sistema Único de Saúde (SUS), sugerindo a implantação de ações e serviços como o uso de plantas medicinais e fitoterapia no SUS. Sendo assim, o objetivo do trabalho consiste em conhecer a prevalência de uso de fitoterápicos e plantas medicinais de pacientes idosos acompanhados no município de Capivari de Baixo. **Metodologia:** Para tanto, adotou-se a técnica de análise documental dos prontuários dos pacientes idosos atendidos nos últimos cinco anos, buscando descrever o perfil e identificar os medicamentos fitoterápicos e plantas medicinais usados pelo pacientes acompanhados. A análise dos dados foi realizada no programa Excel. **Resultados:** Foram avaliados 466 prontuários de pacientes que tinham entre 60 e 82 anos, sendo 64,8% mulheres e 59,0% pertencentes à classe econômica C. Do total de 466 pacientes, 16,88% estavam em uso de fitoterápico e 9,22% de planta medicinal, sendo que somente 4 pacientes relataram uso de planta com recomendação médica. Dos fitoterápicos utilizados pode-se citar o *Ginkgo biloba L.* (ginkgo), *Aesculus hippocastanum L.* (castanha da Índia), *Passiflora incarnata L.* (passiflora), *Cynara scolymus L.* (alcachofra) e *Valeriana officinallis* (valeriana). Dentre as plantas, foram encontradas a *Equisetum* (cavalinha), *Melissa officinallis* (erva-cidreira), *Matricaria chamomilla* (camomila), *Pimpinella anisum* (erva-doce) e a *Camellia sinensis* (chá preto). **Conclusão:** Apesar das recomendações da OMS, constatou-se baixa frequência de uso de plantas medicinais e medicamentos fitoterápicos pelos pacientes idosos atendidos através do SUS no município estudado.

**Palavras-chave:** idoso; plantas medicinais; fitoterapia; SUS.

**Fomentos:** Unisul; Prefeituras Municipais de Laguna, Capivari de Baixo e Tubarão.

## Saúde mental em idosos: Uma prática em evolução

Gabriela Moreno Marques<sup>1</sup>, Diego Zapelini Nascimento<sup>1</sup>, Andriele Vieira, Mayara Pickler<sup>1</sup>, Simony Davet Muller<sup>1</sup>.

<sup>1</sup>Universidade do Sul de Santa Catarina, Tubarão, Brasil.

**Introdução:** A incidência de depressão, ansiedade e suicídio aumentam a cada ano em todas as idades. Entretanto, a saúde mental dos idosos muitas vezes se torna fator esquecido, devido aos outros problemas de saúde apresentados. Sendo assim, o objetivo do trabalho consiste em identificar as principais práticas desenvolvidas visando a saúde mental em Grupos de Idosos. **Metodologia:** Foram realizadas entrevistas semiestruturadas com 125 idosas pertencentes a Grupos de Idosos de três municípios (Capivari de Baixo, Laguna e Tubarão), quanto as seguintes variáveis: idade, atividade física, atividade artística e realização de psicoterapia. Como critério de inserção, participaram do estudo as idosas que aceitaram participar e assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. A análise dos dados foi realizada no programa Excel e a estatística desenvolvida no software SPSS versão 18.0. **Resultados:** 54% das idosas entre 59 a 74 anos realizavam a dança como principal prática estimulante do Sistema Nervoso Central (SNC) seguido de costura e bordados (40%), artesanato (19%), pintura (15%) e cursos de culinária (6%). Quanto à prática de exercícios físicos, 49% realizava atividade física apenas no grupo, com exceção à dança. Entre as atividades físicas desenvolvidas nos Grupos encontra-se: alongamento, zumba, caminhada e yoga além de recreações, como dança das cadeiras. A realização de psicoterapia foi praticamente nula entre todas as idosas, sendo inferior a 7%. **Conclusão:** Entre as idosas entrevistadas, as principais práticas desenvolvidas visando a saúde mental não envolveram exercícios físicos e psicoterapia. A prática de atividades físicas entre as idosas é realizada somente nos Grupos, o que enfatiza a importância destes grupos como estímulo de novas práticas.

**Palavras-chave:** idoso; saúde mental; grupo de Idosos.

**Fomentos:** Unisul; Prefeituras Municipais de Laguna, Capivari de Baixo e Tubarão.

---

## A aceitação por idosos acerca de mídias sociais e internet

Renan Zapelini do Nascimento<sup>1</sup>, Gabriela Moreno Marques<sup>1</sup>, Diego Zapelini Nascimento<sup>1</sup>, Mayara Pickler<sup>1</sup>, Simony Muller<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universidade do Sul de Santa Catarina, Tubarão, Brasil

**Introdução:** A internet tornou-se parte da vida da maioria das pessoas. Estar conectado tem sido uma necessidade e atitude comum no cotidiano, possibilitada pela ampliação de redes Wi-fi. Os idosos buscam a cada dia por diferentes maneiras de pertencer ao novo mundo conectado, em virtude do lazer, ou até mesmo da busca por informações relacionadas à saúde. Sendo assim, o objetivo deste trabalho é conhecer atitudes dos idosos acerca da utilização da internet, considerando frequência, interesses, ferramentas/meios de acesso. **Metodologia:** Foram realizadas entrevistas com 75 idosas pertencentes ao Grupo de Idosos do município de Capivari de Baixo. Como critério de inserção, participaram do estudo as idosas que aceitaram participar e assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. **Resultados:** Das 75 idosas entrevistadas, 72% não utilizam nenhum tipo de mídia social e internet. Entre as que utilizam 84,6% relatam que o principal acesso à internet é através de smartphones, 87 % utilizam todos os dias, sendo que 60% dessas acessam mais de 5 vezes por dia. A maioria das idosas afirma acessar internet antes de dormir ao invés de assistir televisão, acessando Whatsapp, Facebook, sites religiosos e vídeos de músicas. De todas as entrevistadas, inclusive entre as que não utilizam, 74% acreditam que a tecnologia digital seja importante para todas as idades. **Conclusão:** Considerando que os idosos acreditam na importância destes meios para suprir suas necessidades, o uso destes meios poderia impactar positivamente na saúde do idoso através de fornecimento de informações, lazer pelo acesso à internet, entretenimento, facilidade na comunicação e até mesmo combater o estresse.

**Palavras-chave:** idoso; internet; mídia social.

**Fomentos:** Unisul; Prefeitura Municipal de Capivari de Baixo - SC

## Fatores associados à ocorrência de quedas em idosos de Florianópolis - estudo EpiFloripa idoso 2013/14

Thamara Hübler Figueiró<sup>1</sup>, Susana Cararo Confortin<sup>1</sup>, Larissa Pruner Marques<sup>1</sup>, Lariane Morteau Ono<sup>1</sup>, Eleonora d'Orsi<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universidade Federal de Santa Catarina - UFSC

**Introdução:** A ocorrência de quedas é frequente em idosos, sendo esta considerada um evento com grande repercussão na independência dessa população. Assim, investigar fatores associados às quedas é uma forma de identificar possíveis intervenções para prevenir este problema e reduzir suas consequências. **Objetivo:** Investigar os fatores associados à ocorrência de quedas entre homens e mulheres idosos. **Métodos:** Estudo transversal, domiciliar, de base populacional, realizado com 1.197 idosos ( $\geq 60$  anos), de Florianópolis-SC. O histórico de quedas foi verificado por meio da pergunta: "O Senhor(a) sofreu alguma queda(tombo) no último ano?" (não sofreu e sofreu queda nos últimos 12 meses). Utilizou-se análise de regressão logística para avaliar a associação entre o desfecho e as covariáveis: escolaridade, atividade física no lazer, incapacidade nas atividades de vida diária (AVD), morbidades, déficit cognitivo e autopercepção de saúde; estratificado por sexo. **Resultados:** Dos 1.197 idosos, 28,8% relataram ter sofrido queda. A predominância foi de mulheres (63,1%), faixa etária entre 70 a 79 anos (42,8%), com escolaridade maior de quatro anos (59,1%), insuficientemente ativos (73,0%), sem déficit cognitivo (75,3%) e que declararam ter boa saúde (59,6%). Os homens com incapacidade em uma a duas e três ou mais AVD apresentaram 5,73 (IC95%:2,54;12,89) e 6,20 (IC95%:2,81;13,70) vezes mais chance de sofrer quedas, após ajustes. As mulheres com incapacidade em três ou mais AVD e com autopercepção regular de saúde apresentaram 2,15 (IC95%: 1,24;3,73) e 1,72 (IC95%: 1,13;2,61) vezes mais chances de sofrer quedas, respectivamente, quando comparadas aos seus pares. **Conclusão:** Os resultados demonstraram que a autopercepção regular de saúde, em mulheres, e a incapacidade nas AVD, em ambos os sexos, foram associados a maior chance de sofrer quedas. Estes achados reforçam a importância da adoção de programas e medidas que visem a prevenção de quedas, estimulando a independência e autonomia dos idosos, além de promover o envelhecimento saudável.

**Palavras-chaves:** Acidente por quedas, Idoso, Inquéritos Populacionais.

**Fomentos:** CNPq

---

## Força de preensão manual inadequada associada à vitamina D em homens

Susana Cararo Confortin<sup>1</sup>, Thamara Huber Figueiró<sup>1</sup>, Lariane Morteau Ono<sup>1</sup>, Larissa Pruner Marques<sup>1</sup>, Eleonora d'Orsi<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universidade Federal de Santa Catarina - UFSC

**Introdução:** O envelhecimento é acompanhado de alterações fisiológicas e metabólicas, que propiciam a perda de massa muscular e óssea e o surgimento de doenças crônicas. **Objetivo:** Verificar a associação entre vitamina D, insulina e força de preensão manual (FPM) em idosos, estratificado por sexo. **Métodos:** Estudo transversal, de base populacional, conduzido com 591 idosos de Florianópolis/SC. A FPM foi verificada por meio de dinamômetro mecânico (Takei Kiki Kogyo® TK 1201, Japão), utilizando o braço dominante. A FPM inadequada foi considerada como o menor quintil. A vitamina D foi analisada por meio do método de Quimioluminescência por Micropartículas (CMIA)/Liaison e classificada em suficiência ( $\geq 30/100$  ng/ml), insuficiência ( $>20/<30$  ng/ml) e deficiência ( $\leq 20$  ng/ml). A insulina em jejum foi avaliada de forma contínua (um/L). Foi realizada análise de regressão logística, ajustada por grupo etário, escolaridade, tabagismo, ingestão de bebida alcoólica e atividade física de lazer. **Resultados:** Foram analisadas 591 idosos (65,8% mulheres) com idade média de 72,3 anos ( $\pm 6,3$  anos). A prevalência de FPM inadequada foi de 20,8% nas mulheres e 19,3% nos homens. No sexo masculino, apenas a deficiência de vitamina D foi associada à FPM inadequada na análise bruta. Na análise ajustada, a associação manteve-se. Os homens com deficiência de vitamina D apresentaram 3,5 (IC95%: 1,05-12,00) vezes mais chances de apresentar FPM inadequada quando comparados àqueles com vitamina D normal. No sexo feminino, a vitamina D e a insulina não foram associadas à FPM inadequada. **Conclusão:** Os achados evidenciam que a deficiência de vitamina D foi associada à FPM inadequada em homens. A suplementação desta vitamina em idosos é importante alternativa a ser considerada na prática clínica.

**Palavras-chaves:** Dinamômetro de Força Muscular; Vitamina D; Insulina; Saúde do idoso.

**Fomentos:** CNPq

## Fatores associados ao uso do computador por idosos de Florianópolis: Inquérito populacional EpiFloripa Idoso

Thaissa Araujo Bessa<sup>1</sup>, Camila de Souza Santos<sup>1</sup>, Thamara Hubler Figueiró<sup>1</sup>, Andre Junqueira Xavier<sup>1</sup>, Eleonora D'Orsi<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universidade Federal de Santa Catarina - UFSC

**Introdução:** Concomitante ao processo de transformação demográfica, do qual tem aumentado o número de idosos mundialmente, os instrumentos tecnológicos, tais como o computador, surgem como ferramentas importantes na vida individual e social, sendo cada vez mais utilizados por idosos. Diante disso, o objetivo deste estudo foi analisar os fatores associados ao uso do computador por idosos residentes em Florianópolis. **Metodologia:** Pesquisa transversal, de base populacional e domiciliar, realizada com idosos de 60 anos ou mais, participantes do seguimento do estudo EpiFloripa Idoso que ocorreu em 2013/14. O desfecho foi o uso do computador, tendo como variáveis independentes: sexo, faixa etária, escolaridade, provável déficit cognitivo e sintomas depressivos. Realizou-se análise descritiva dos dados e análise multivariada por meio de regressão logística. **Resultados:** Foram analisados 1.078 participantes. A prevalência de idosos que usam o computador foi de 29,1%, sendo predominantemente do sexo feminino (63,1%), brancos (86,9%), com escolaridade média de 7,9 (DP±5,8) anos de estudo, faixa etária de 70 a 79 anos (42,8%), um a três salários mínimos (28,6%), sem suspeita de depressão (81,0%) e sem déficit cognitivo (75,3%). Foram independentemente associados ao desfecho, pessoas com 80 anos ou mais (OR=0,39;IC95%:0,22;0,68) e com provável déficit cognitivo (OR=0,25;IC95%:0,11;0,57) apresentando menores chances de usar o computador. A renda familiar acima de 10 salários mínimos aumentou em 3,14 vezes a chance de fazer uso do computador (OR=3,14;IC95%1,00;9,86) e a cada aumento de 1 ano de escolaridade aumentou 1,26 vezes a chance de usar esta ferramenta (OR=1,26 IC95%1,20;1,33). **Conclusões:** Por meio das associações encontradas no estudo, conclui-se que são necessárias políticas de inclusão digital que abranjam a população excluída digitalmente, visto que há diversos benefícios sociais e cognitivos para os idosos.

**Palavras-chaves:** idoso; internet; inquéritos populacionais. **Fomentos:** CNPq - processo número 569834/2008-2

---

## Influência da hidroterapia em grupo de idosos com sintomas depressivos

Germana Bueno de Souza<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universidade do Sul de Santa Catarina - UNISUL

**Introdução:** A depressão é um dos transtornos neuropsiquiátricos mais comuns nos idosos, seguido de demência. Essa prevalência da depressão é mais elevada em mulheres, em idosos, viúvos e separados, e aos que não praticam ou tem baixo nível de atividade física e de lazer. Estudos apontam a necessidade de programas a fim de promover o envolvimento dos idosos em atividades culturais, desportivas e de lazer, pois a interação entre os indivíduos da mesma geração possibilita construir laços que favorecem o bem-estar dos idosos. Os programas de hidroterapia em grupo têm sido efetivos na redução da queda pela na melhora do equilíbrio e um fator protetor ao isolamento social. Neste contexto, acredita-se que a influência da hidroterapia em grupo em idosos com sintomas depressivos pode ser favorável tanto para o aspecto físico quanto ao aspecto emocional e social. Este estudo teve como objetivo avaliar a influência da hidroterapia em grupo em idosos com sintomas depressivos. **Metodologia:** O grupo foi composto de 19 idosos, destes, verificando os possíveis sintomas depressivos, no pré e pós hidroterapia. O grupo foi submetido à hidroterapia, duas vezes por semana, com duração de 40 minutos, por 12 sessões, utilizando o protocolo de exercícios de hidroterapia e submeter os indivíduos às atividades em grupo, enfatizando a estimulação a melhora no aspecto emocional e social. **Resultados:** Dos 19 idosos foram acompanhados 14 idosos, com idade de 60 a 80 anos, composto por 2 homens e 12 mulheres. Conforme questionário GDS, com 15 perguntas, o índice de depressão teve média de 6,9 no pré hidroterapia e 5,6 no pós hidroterapia em grupo. Destes, 8 pessoas tiveram redução dos sintomas depressivos, 4 pessoas mantiveram os mesmos índices e 2 pessoas tiveram aumento, conforme questionário GDS. **Conclusão:** Os resultados deste estudo sugerem o reconhecimento das atividades em grupo como terapêutica para sintomas depressivos na população idosa e não apenas com ganhos físicos, mas melhorando o bem-estar físico e social dos idosos.

**Palavras-chaves:** hidroterapia, depressão, idoso.

## Alterações dos parâmetros de equilíbrio em adultos e idosos por faixa etária

Thaynara Maestri<sup>1</sup>, Luan Junior Vignatti<sup>1</sup>, André Junqueira Xavier<sup>1</sup>, Daniel Fernandes Martins<sup>1</sup>, Anna Quialheiro Abreu da Silva<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universidade do Sul de Santa Catarina - UNISUL

**Introdução.** O equilíbrio é resultado da interação harmônica de diversos sistemas do corpo humano: vestibular, visual, somatossensorial e musculoesquelético. Cada sistema possui componentes que, com o processo de envelhecimento, podem sofrer perdas funcionais que dificultam a manutenção do controle da postura e do equilíbrio corporal, o que, por sua vez, pode gerar prejuízos funcionais para o idoso em decorrência de quedas e aumentar os níveis de morbidade e mortalidade nessa população. **Método.** O presente estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa. A amostra foi constituída por 32 indivíduos que frequentam o ambiente universitário em projetos de pesquisa e extensão, distribuídos em adultos de 18 a 29 anos (G1), e  $\geq 75$  anos (G2). A avaliação do equilíbrio estático foi realizada por meio da análise do parâmetro da área de oscilação do centro de pressão (COP) aferido por uma plataforma de pressão. Na análise da estabilidade dinâmica foi utilizado o desempenho no teste de alcance funcional (TAF). **Resultados.** A média de idade dos grupos foi: G1 23,75 anos; G2 78,66 anos. Para o TAF, a média de deslocamento anteroposterior foi  $40,12 \pm 6,79$  (G1) e  $23,54 \pm 7,67$  (G2), látero-lateral direito  $22,87 \pm 6,32$  (G1)  $13,12 \pm 5,65$  (G2) e látero-lateral esquerdo  $23,07 \pm 5,87$  (G1) e  $16,16 \pm 6,74$  (G2). Na análise estabilométrica a média de oscilação com os olhos abertos foi  $70,86 \pm 21,63$  (G1) e  $79,31 \pm 28,32$  (G2), já com os olhos fechados foi  $74,36 \pm 26,90$  (G1) e  $88,74 \pm 38,23$  (G2). **Conclusão.** No presente estudo verificou-se que existe diferença na área de oscilação e alcance funcional (equilíbrio) entre os grupos. O grupo de adultos, que obteve o maior alcance funcional cursou com uma menor área de oscilação. Demonstra-se, dessa forma o aumento do risco de queda com o passar dos anos.

**Palavras-Chaves:** idoso; equilíbrio ortostático; saúde do idoso.

---

## Análise da influência do Declínio Cognitivo nas funcionalidades diárias do idoso

Jessica de Godoy Haefliger<sup>1</sup>, André Junqueira Xavier<sup>1</sup>, Anna Quialheiro Silva<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universidade do Sul de Santa Catarina - UNISUL

**Introdução:** O envelhecimento é um processo degenerativo das funções estruturais e funcionais do organismo, favorecendo o aparecimento de diversas patologias, dentre elas podemos atentar este estudo ao Declínio Cognitivo Leve, patologia que não faz parte de um envelhecimento natural, mas sim um processo degenerativo acelerado. A análise feita relaciona a influência do Declínio Cognitivo Leve nas funcionalidades diárias do idoso. **Metodologia:** Foram avaliados 30 idosos do município de Palhoça, SC, participantes de um projeto de reabilitação cognitiva utilizando instrumentos a fim de identificar sua performance cognitiva e funcional. Os instrumentos utilizados foram MoCA (Avaliação Cognitiva Montreal, do inglês, Montreal Cognitive Assessment) e BOMFAQ (Questionário Brasileiro de Avaliação Funcional Multidimensional). A análise dos dados foi realizada em grupos de pré idosos, idade entre 45 e 59 anos; idosos, com idade entre 60 a 74 anos, e idosos mais velhos com idade acima de 75 anos, organizados em uma planilha do programa Excel calculando-se a média e desvio padrão dos resultados dos respectivos instrumentos. **Resultados:** Dos 30 idosos participantes do projeto, os pré idosos apresentaram MoCA  $22,75 \pm 4,7$  e BOMFAQ  $8 \pm 3,5$ , os idosos apresentaram MoCA  $18,5 \pm 5$  e BOMFAQ  $6,9 \pm 3,9$  e os idosos mais velhos apresentaram MoCA  $20 \pm 2,8$  e BOMFAQ  $9,5 \pm 2,6$ . **Conclusão:** Através desta análise podemos concluir que deste grupo, os idosos com idade de 60 a 69 anos apresentam menor pontuação em ambos os questionários, sugerindo que o Declínio Cognitivo pode influenciar na funcionalidade diária do idoso.

**Palavras-chaves:** declínio cognitivo; funcionalidades; idoso; envelhecimento.

## Estado cognitivo de idosas institucionalizadas em Santa Maria-RS

Paulo Adão de Medeiros<sup>1</sup>, Diego Borges da Silva<sup>1</sup>, Géssica Bordin Vieira<sup>1</sup>, Nadyne Rubin<sup>2</sup>, Rafaela Machado<sup>3</sup>, Marcelo Carvalho Pozza<sup>3</sup>, Melissa Medeiros Braz<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universidade Federal de Santa Maria – UFSM

<sup>2</sup>Universidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre – UFCSPA

<sup>3</sup>Centro Universitário Franciscano - UNIFRA

**Introdução:** As alterações cognitivas podem ser a causa ou a consequência do processo de institucionalização e causam varias repercussões na vida do idoso. Assim, buscou-se descrever o estado cognitivo de idosas institucionalizadas em uma Instituição de Longa Permanência para Idosos (ILPI) em Santa Maria-RS. **Metodologia:** Pesquisa descritiva realizada em uma ILPI que abriga 187 mulheres. Foram incluídas aquelas que aceitaram participar através da assinatura do TCLE e excluídas as com deficiências ou transtornos limitantes para realização do teste e com menos 60 anos. O instrumento aplicado foi o Mini Exame do Estado Mental (MEEM) que é o mais utilizado para rastreio cognitivo e possui escore de 0 a 30 pontos, sendo o ponto de corte 13 pontos para analfabetos, 18 e 26 pontos para média e alta escolaridade, respectivamente. Realizou-se análise descritiva no Programa PSPP. **Resultados:** Participaram 109 idosas com média de 72,3(±10,0) anos e tempo médio de institucionalização 13,7(±13,0) anos. Em relação à escolaridade 35,8% eram analfabetas, 37,6% (1 a 3 anos), 14,7% (4 a 7 anos) e apenas 6,4 (>7 anos). Para o escore do MEEM a média foi 12,3 (±6,5) pontos, sendo que somente 29,3% passaram no ponto de corte demonstrando estado cognitivo preservado. Entre os itens do instrumento, o pior desempenho foi para o cálculo e memória de evocação e o melhor desempenho foi para a memória imediata. **Conclusão:** As idosas são heterogêneas em relação a idade e tempo de institucionalização, em sua maioria possuem baixa escolaridade. Ainda, apresentam alto índice de déficit cognitivo com pior desempenho em itens como cálculo e memória de evocação. O perfil cognitivo encontrado está de acordo com a literatura científica que relaciona essa condição principalmente as diversas comorbidades, além da baixa qualidade do ambiente das ILPIs. Nesse sentido, tornam-se importantes estratégias para melhorar o estímulo cognitivo nesses locais.

Palavras-chaves: cognição; institucionalização; idoso.

---

### Realização



### Apoio

