

AVALIAÇÃO DOS FATORES DE RISCO PARA A OSTEOPOROSE EM JOVENS ESTUDANTES DE 17 A 20 ANOS DE IDADE DE UMA UNIVERSIDADE PÚBLICA E PRIVADA DE GOIÂNIA

Aline Souza de Oliveira Andrade (Acadêmica); Profa. Dra. Nusa de Almeida Silveira (Orientadora). Curso de Enfermagem. Universidade Católica de Goiás
Contato: alinesouzaandrade@hotmail.com

A osteoporose, doença crônica relacionada a um desequilíbrio no metabolismo ósseo, é um sério problema de saúde pública, decorrente das fraturas ósseas osteoporóticas. O consumo diário inadequado de cálcio, no início da vida, prejudica o desenvolvimento ósseo. A deficiente aquisição de massa óssea ideal, na adolescência e durante o início da idade adulta, contribui para uma reduzida massa óssea, considerada fator de risco para a osteoporose. As mudanças de hábitos nutricionais, durante a infância e a adolescência, podem ser estratégia eficaz para a otimização do pico da massa óssea. Algumas medidas para prevenir a osteoporose podem e devem ser adotadas por todos os indivíduos estudados, independente do sexo e da idade, contribuindo assim para uma vida mais saudável. A prática adequada de exercícios físicos e uma dieta equilibrada (leite e derivados, peixes e verduras), fatores considerados modificáveis, como ingestão de quantidades satisfatórias de cálcio e proteína, abandono do cigarro, álcool e café, contribuirá diretamente para a aquisição de uma massa óssea ideal. Ao analisar os resultados deste estudo epidemiológico dos fatores de risco para a osteoporose em jovens (17 a 20 anos de idade) universitários, concluímos que, os fatores de risco que tiveram maior prevalência, na faixa etária de 18 anos de idade, na Universidade Católica de Goiás (UCG), foram: história familiar de osteoporose, utilização de medicamentos que influenciam no metabolismo ósseo e imobilização prolongada, já na Universidade Federal Goiás (UFG) foram: fratura, etnia, amenorréia e doenças que induzem a perda óssea. Nos jovens de 19 anos de idade a maior incidência da UCG foram: fratura, etnia, imobilização prolongada; e, na UFG, história familiar de osteoporose, amenorréia, medicamentos que influenciam no metabolismo ósseo e doenças que induzem a perda óssea. Na faixa etária de 20 anos de idade, houve maior prevalência, na UCG, de: fratura e imobilização prolongada, enquanto que, na UFG, história familiar de osteoporose, etnia, amenorréia, utilização de medicamentos que influenciam no metabolismo ósseo e doenças que induzem a perda óssea.

Palavras-chaves: 1) Osteoporose; 2) Fatores de risco; 3) Jovens.

Apoio: BIC/UCG.