

AVALIAÇÃO DOS FATORES DE RISCO PARA OSTEOPOROSE EM JOVENS ESTUDANTES DE ESCOLAS PÚBLICAS E PRIVADAS DE GOIÂNIA

Dorivania Marinho Rios (Acadêmica); Profa. Dra. Cláudia Maria Rassi (Orientadora).
Curso de Enfermagem. Universidade Católica de Goiás
Contato: dori_marinhorios@hotmail.com

A partir de 1960, a osteoporose tornou-se foco de atenção mundial. Recentemente, no Consenso de Osteoporose de 2001, foi definida como a “epidemia do Século 21”, devido à alteração do perfil demográfico mundial com conseqüente aumento da longevidade e das doenças crônico-degenerativas e diminuição das taxas de natalidade. Esse quadro, por outro lado, estimulou pesquisas, gerando significativo avanço nas técnicas diagnósticas e nas estratégias de prevenção. O desenvolvimento ósseo sofre dois processos, a modelagem, durante a infância e adolescência, e a remodelagem que ocorre ao longo da vida e se torna o processo dominante no momento em que se atinge o pico (máximo) de sua massa óssea (em torno dos 20 anos de idade), sendo um processo de remodelação seqüencial (reabsorção-formação). Alguns fatores como anormalidades genéticas (fatores não-modificáveis), fatores ambientais, como carências nutricionais, ausência de exercício físico, imobilização prolongada, tabagismo e alcoolismo (fatores modificáveis) podem ter efeitos negativos sobre a massa e a resistência óssea, contribuindo para a osteoporose. A prevenção da osteoporose deve ser realizada durante todo o curso da vida e começa com um estilo de vida saudável como: alimentação adequada e rica em cálcio, atividade física regular e adequada exposição solar. Deste modo, este estudo considera a importância de uma boa orientação das crianças, dos adolescentes e de seus familiares a respeito de fatores modificáveis que possam favorecer um osso sadio, como o consumo adequado de leite, queijo, iogurte e derivados, atividade física regular, manutenção de um peso ideal, evitar o tabagismo e o alcoolismo durante a infância e a adolescência. Com o propósito de estabelecer o perfil dos fatores de risco para a osteoporose, em uma população de jovens estudantes e, posteriormente, trabalhar a prevenção da doença, este trabalho epidemiológico e preventivo dá maior ênfase aos hábitos de vida e nutricionais, em particular àqueles relacionados ao consumo de cálcio. Na amostra estudada (200 alunos da UCG e 144 alunos da UFG, de 17 a 20 anos), verificamos que ao analisar as tabelas, os fatores de risco que tiveram maior prevalência na faixa etária de 18 anos de idade da UCG foram: história familiar, medicamentos e imobilização prolongada, enquanto que na UFG foram: fratura por trauma mínimo, etnia asiática ou caucasóide, amenorréia e doenças que induzem a perda óssea. Na faixa etária de 19 anos de idade, a maior prevalência na UCG foi de: fratura por trauma mínimo, etnia asiática ou caucasóide e imobilização prolongada, enquanto que, na UFG, houve maior prevalência de: história familiar de osteoporose, amenorréia, utilização de medicamentos e doenças que induzem a perda óssea. Na faixa etária de 20 anos, houve maior prevalência de fratura e imobilização na UCG; na UFG, por outro lado houve maior prevalência de: história familiar, etnia, amenorréia, medicamentos e doenças que induzem a perda óssea.

Palavras-chaves: 1) Osteoporose; 2) Jovens e fatores de risco; 3) Prevenção.

Apoio: BIC/UCG.