



## Síndrome da Fragilidade

Fisiopatologia: Estado inflamatório crônico, sustentado por um tripé de ações deletérias que afetam vários sistemas, sendo difícil identificar o causador.

Alterações:

Sarcopenia

Desregulação  
neuroendócrina

Alterações  
imunológicas

Quadro 1. Critérios de fragilidade, conforme Fried e colaboradores. A presença de três critérios classifica um idoso como frágil, a presença de um ou dois, como pré-frágil e, a ausência de critérios como não-frágil. Adaptado de Fried e colaboradores, 2001.

e



- Redução da força de preensão palmar
  - abaixo do percentil 20 da população, corrigido por gênero e índice de massa corporal.
- Redução da velocidade de marcha
  - abaixo do percentil 20 da população, em teste de caminhada de 4,6m, corrigido por gênero e estatura.
- Perda de peso não intencional
  - Acima de 4,5 kg referidos ou 5% do peso corporal, se medido, no último ano
- Sensação de exaustão
  - Auto-referida (Questões do questionário CES-D)
- Atividade física baixa
  - Abaixo do percentil 20 da população, em kcal/semana (Minnesota Leisure Time Activity Questionnaire, versão curta)



## Síndrome da Fragilidade

**Definição:** A fragilidade representa um estado inespecífico de risco aumentado de mortalidade e de eventos adversos de saúde, como a dependência, a incapacidade, as quedas e lesões, as doenças agudas, a lenta recuperação de doenças, a hospitalização e a institucionalização de longa permanência.



## Síndrome da Fragilidade

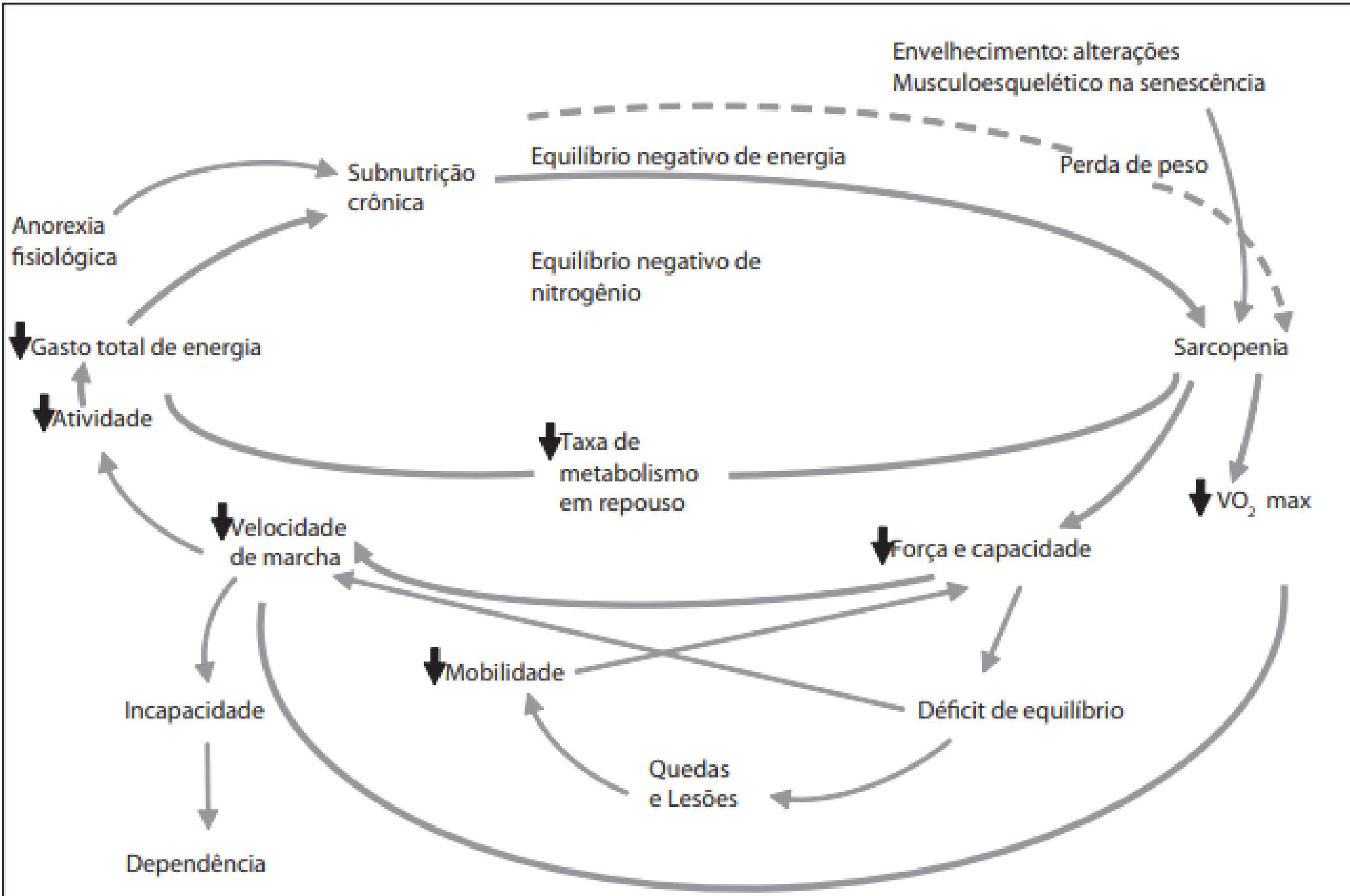
- Considera-se frágil aquele indivíduo que apresentar três ou mais características discutidas anteriormente
- Individualmente, cada uma das manifestações clínicas é preditora de uma série de eventos adversos, relacionados com a Síndrome da Fragilidade, como o declínio funcional, institucionalização, quedas e morte.
- Considera-se pré-frágil àquele com uma ou duas dessas características.
- As manifestações clínicas mais frequentes na Síndrome da Fragilidade são: **perda de peso não intencional, fraqueza muscular, fadiga, percepção de exaustão, anorexia, inatividade física e alterações de marcha e equilíbrio.**
- O baixo desempenho em alguns testes, como testes funcionais de performance, velocidade da marcha, avaliação do equilíbrio estático, medida do tempo para se levantar cinco vezes de uma cadeira e a força de preensão palmar, mostrou um risco independente de declínio funcional futuro, mesmo entre indivíduos funcionalmente dependentes.



## Síndrome da Fragilidade

A fragilidade surge quando a capacidade fisiológica para responder de maneira apropriada a situações estressoras, como por exemplo exercícios e doenças agudas, mostra-se insuficiente ou inadequada.

A SF pode ser percussora para incapacidades, devido o aumento do número de quedas, hospitalização, impacto negativa da qualidade de vida, comorbidades e mortalidade





- 1. Diversos estudos buscam descrever um fenótipo para a síndrome da fragilidade. Assinale a alternativa que contempla manifestações clínicas relacionadas a essa síndrome.**
- A) Perda de peso não intencional, força muscular preservada, fadiga, baixo nível de atividade física e velocidade da marcha normal.
- B) Presença de três ou mais comorbidades, força muscular preservada e história de quedas.
- C) Perda de peso não intencional, fadiga, diminuição da força muscular, baixo nível de atividade física e diminuição da velocidade da marcha.
- D) Fadiga, dor muscular generalizada, velocidade da marcha e força muscular preservadas.
- E) Histórico de quedas, força muscular inalterada, incontinência urinária e velocidade da marcha preservada.



2. A fragilidade é definida como uma síndrome clínica na qual o indivíduo apresenta dificuldade em um ou mais domínios funcionais (físico, nutritivo, cognitivo e sensorial) ou possui três ou mais critérios (perda de peso, velocidade lenta da marcha e baixo nível de atividade física). Modificando fatores de risco, pode ser possível postergar o início da fragilidade ou melhorar seu desenvolvimento contínuo. Assinale a alternativa que não representa um fator de risco para fragilidade.

- A) Saúde notavelmente debilitada.
- B) Baixa prevalência de sintomas crônicos.
- C) Tabagismo e alcoolismo.
- D) Isolamento social e depressão.