

A OSTEOARTRITE E O IMPACTO NA QUALIDADE DE VIDA DA PESSOA IDOSA

Lara Mary Teixeira de Faria Morais¹

Lara Mariana de Aguiar Martins²

Carla dos Santos Faria³

Renata Sousa Nunes⁴

Universidade Evangélica de Goiás – UniEVANGÉLICA¹²³⁴

RESUMO

Introdução: A osteoartrite é uma doença articular comum que afeta principalmente a articulação do joelho, causando dor, dificuldade de movimento e limitações na qualidade de vida. A idade avançada, sexo feminino, alto índice de massa corporal e lesões anteriores no segmento afetado são fatores de risco significativos. Embora não haja cura conhecida, existem tratamentos que podem ajudar a aliviar os sintomas e preservar a mobilidade articular. **Método:** Uma revisão integrativa descritiva foi realizada para avaliar o impacto da doença na vida diária da população idosa. Dez artigos foram selecionados e analisados, demonstrando diversas intervenções que podem ser eficazes no alívio dos sintomas, incluindo diminuição da algia, função física, força muscular e equilíbrio. **Resultados:** Os tratamentos eficazes incluíram injeções intra-articulares, plasma rico em plaquetas (PRP), exercícios em remo, monitorados e com restrição de fluxo sanguíneo, estimulação vagal transcutânea, uso de bandagem elástica, suplementação alimentar, Tai Chi Chuan e uso de folhas de repolho. **Conclusão:** Esses achados sugerem que os métodos não farmacológicos e terapias alternativas podem ser satisfatórios no manejo da doença, melhorando o bem-estar e reduzindo os danos causados na função física dos pacientes. Os resultados encontrados podem contribuir para a melhoria da saúde da população idosa com osteoartrite de joelho, destacando a importância de uma abordagem multidisciplinar e personalizada para atender às necessidades específicas dos indivíduos.

Palavras-chave: Artrose; Bem-estar; Idoso; Joelho.

INTRODUÇÃO

A osteoartrite (OA) é uma doença osteoarticular mais comum e uma das principais causas de incapacidade física, afetando especialmente a articulação do joelho. Sua incidência tende a aumentar devido ao envelhecimento da população e ao aumento das taxas de obesidade (1). A osteoartrite de joelho (OAJ) é a mais prevalente, afetando significativamente a qualidade de vida (QV) das pessoas (2).

Várias manifestações podem influenciar no bem-estar e na funcionalidade da população afetada, causando dor articular, dificuldade de movimento, sensibilidade, crepitação, derrame ocasional e inflamação local (3, 4). A idade avançada é um fator de risco significativo, pois a população idosa apresenta alterações fisiológicas que aumentam a vulnerabilidade à doença, como perda de massa muscular, falta de mobilidade, redução da cartilagem articular, alterações na densidade óssea e diminuição da atividade física, desencadeando as limitações na QV desses indivíduos (5).

Além disso, a OAJ pode contribuir para sofrimento psicológico, incluindo ansiedade e depressão, pois essa patologia associa-se a diminuição na capacidade de equilíbrio, desenvolvendo restrições nas atividades diárias e sociais, levando a problemas mentais e impactando negativamente a QV relacionada à saúde dos pacientes (6).

O sexo feminino é mais propenso a desenvolver osteoartrite devido a fatores como: alto índice de massa corporal, diferenças estruturais, idade avançada, uso excessivo das articulações, carga física pesada e lesões anteriores no joelho são fatores de risco e mesmo que a fisiopatologia e etiologia da OAJ ainda não sejam completamente compreendidas, é fundamental identificar e modificar as causas para gerenciar a doença de forma eficaz, já que não há tratamento modificador da doença disponível (7).

Embora não haja cura conhecida para a OA, existem tratamentos que podem ajudar a aliviar a dor e preservar a mobilidade articular, sendo recomendadas abordagens que incluam intervenções não farmacológicas, como perda de peso e exercícios, além de tratamentos medicamentosos com analgésicos e anti-inflamatórios, que visam melhorar a qualidade de vida dos pacientes (3).

Portando, o objetivo deste estudo é avaliar o impacto da OA no bem-estar, investigando como essa condição afeta a QV, a capacidade funcional e o estado geral de saúde da população idosa.

MATERIAIS E MÉTODOS

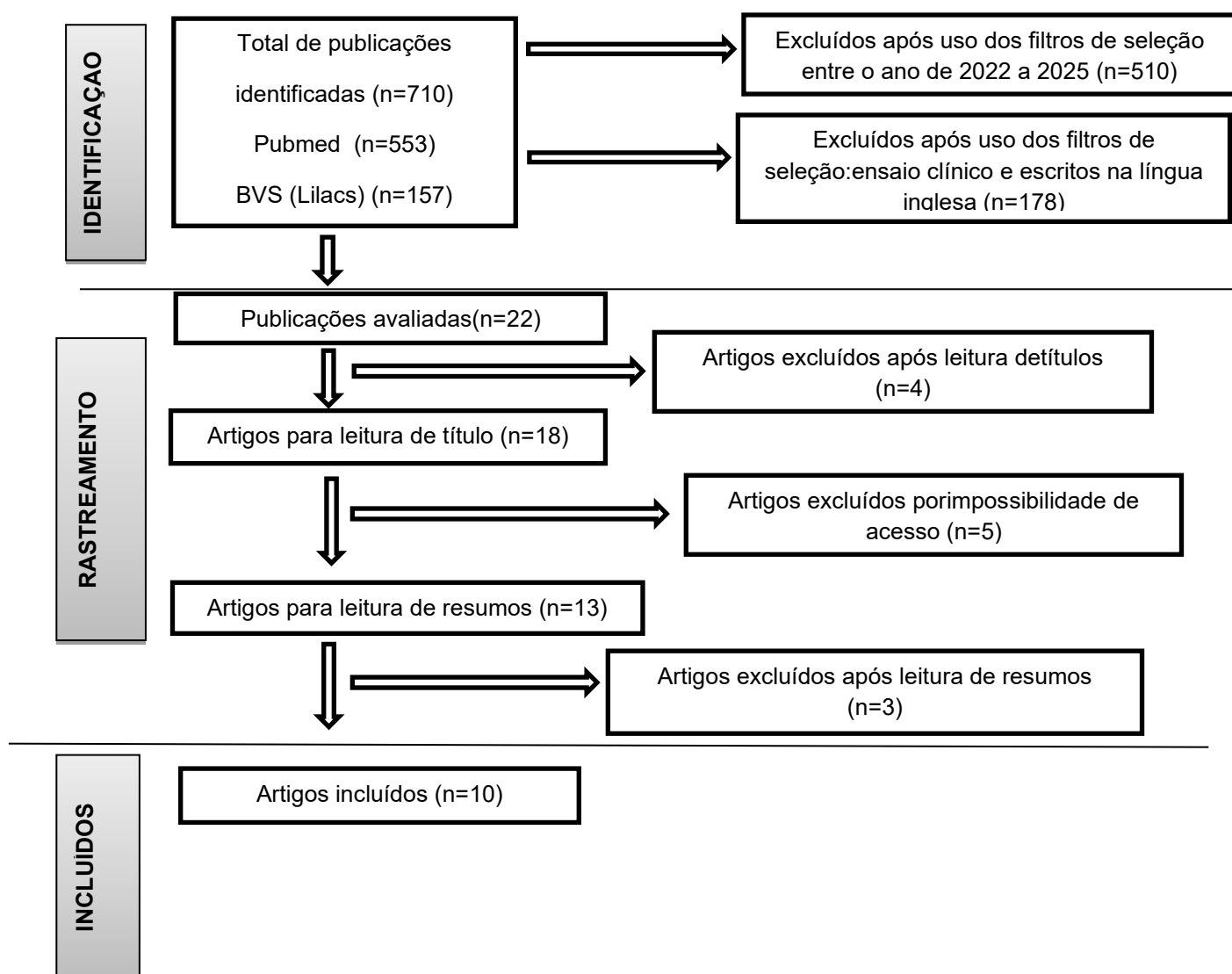
Foi realizada uma revisão integrativa descritiva, utilizando uma abordagem combinada de métodos qualitativos, para investigar a osteoartrite na pessoa idosa. A pesquisa considerou aspectos clínicos, epidemiológicos, psicossociais e de QV, e foi conduzida por meio de busca em bases de dados científicas, incluindo PubMed, LILACS Plus, entre os anos de 2022 a 2025, para selecionar artigos relevantes e subsidiar a análise da condição nessa população.

Para a seleção dos artigos, foram utilizados os seguintes descritores: "*Osteoarthritis*" and "*Elderly*" and "*Quality of life*". Os filtros de seleção incluídos

foram: artigos que apresentaram um ensaio clínico e foram escritos na língua inglesa.

Dos 710 artigos encontrados, 700 foram excluídos por não atenderem aos critérios da pesquisa, fugindo do foco principal do estudo e não contribuindo para o objetivo do trabalho. Os 10 artigos restantes foram selecionados por abordarem o tema proposto e apresentarem informações relevantes e resultados empíricos sobre a OA na PI.

Figura 1. Fluxograma do processo de seleção dos artigos incluídos na pesquisa



RESULTADOS

Os estudos investigados demonstraram que diversas intervenções podem ser eficazes no alívio dos sintomas da OAJ na pessoa idosa, incluindo: redução da dor,

função física, força muscular (FM), equilíbrio e qualidade de vida. As pesquisas de ensaios clínicos randomizados abordaram a OAJ em pacientes acima de 50 anos, com foco na QV.

Avaliaram diferentes métodos de tratamentos, incluindo: injeções intra-articulares, suplementação alimentar, dieta balanceada e plasma rico em plaquetas versus hexacetonida de triancinolona para alívio da dor, funcionalidade, FM e rigidez; Exercícios com remo, monitorados e com restrição de fluxo sanguíneo para melhorar função física, equilíbrio e FM; Estimulação vagal transcutânea, uso de bandagem elástica, *Tai Chi Chuane* o uso de folhas de repolho para alívio dos sintomas, rigidez e limitações funcionais, melhorando a amplitude de movimento.

A análise dos resultados apresentou evidências satisfatórias na eficácia da QV da PI com OAJ. Os achados sugerem que os procedimentos não farmacológicos e terapias alternativas podem ser eficazes no manejo da doença, melhorando o bem-estar, reduzindo a dor e a função física.

CONCLUSÃO

A pesquisa realizada expôs evidências sobre o impacto da OA no bem-estar, da população idosa mostrando a incapacidade funcional e a interferência na realização de atividades de vida diária, avaliando o estado geral de saúde e a efetividade de condutas não farmacêuticas e terapias alternativas no manejo da OAJ na PI. Ao proporcionar melhor compreensão sobre as necessidades e desafios enfrentados pela comunidade acometida com a doença, essas informações subsidiam a elaboração de estratégias eficazes para melhorar a saúde e a QV dos indivíduos afetados.

Além disso, os dados sugerem que uma abordagem multidisciplinar e personalizada pode ser fundamental para atender às prioridades específicas dos pacientes e promover resultados positivos. Portanto, esses indícios podem contribuir para a melhoria da saúde e da qualidade de vida da pessoa idosa com osteoartrite de joelho.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

¹BRUMINI, Christine; Furtado, Rita Nely Vilar; JONES, Anamaria; SILVA, Raphael Vilela Timóteo; NATOUR, Jamil. Effectiveness of prior intra-articular corticosteroid injection in elderly patients with knee osteoarthritis undergoing progressive resistance training: a randomized controlled trial. **Advances in Rheumatology** volume 65, Article number: 21 (2025).

²SANDOVAL, Claudio Bascour; BURGOS, Rubén Gajardo; POBLETE, Claudio Muñoz; GONZÁLEZ, Pablo Riedemann; SALAS, Stephanie Erices; MOLINA, Agustín Martínez; GARCÍA, Germán Gálvez. Transcutaneous Vagal Stimulation in Knee Osteoarthritis (TRAVKO): Protocol of a Superiority, Outcome Assessor-and Participant-Blind, Randomised Controlled Trial. **Int J Environ Res Public Health** 20(1)2022 12 25.

³GROLLITSCH, Johannes-Paul Fladerer; KLEIN, Thomas; KOMPEK, Albert; STEINER, Nicole; MENZEL, Daniel; SCHÖN, Christiane. Effects of cartilage-supporting nutritional supplementation on knee osteoarthritis symptoms and quality of life in a 12-week randomized double-blind placebo controlled pilot study. **Scientific Reports** volume 15, Article number: 25625 (2025).

⁴HU, Ruhai; WANG, Jinyan; ZHU, Shengjie; WANG, Zhilin; HU, Zekai. Impact of Monthly Community Follow-Ups in Knee Osteoarthritis Management for Elderly Patients. **Med Sci Monit** 2025; 31:e947224.

⁵JARDIM, Roger Andrey Carvalho; SOUSA, Tamara Silva; SANTOS, Wueyla Nicoly Nascimento; MATOS, Areolino Pena; IOSIMUTA, Natália Camargo Rodrigues. Blood flow restriction with different load levels in patients with knee osteoarthritis: protocol of a randomized controlled trial. **Trials** volume 23, Article number: 41 (2022).

⁶YOON, Sang-Woo; KIM, Suhn-Yeop. Effect of neuromuscular control exercise program using non-elastic taping on the knee joint in patients with knee osteoarthritis. **Medicine** 104(17):p e42173, April 25, 2025.

⁷ZHANG, Yan; CHEN, Tianyu; LUO, Ping; LI, Shengfa; ZHU, Jianwei; XUE, Song; CAO, Peihua; ZHU, Zhaohua; LI, Jia; WANG, Xiaoshuai; WLUKA, Anita E; CICUTTINI, Flavia; RUAN, Guangfeng; DING Changhai. Associations of Dietary Macroelements with Knee Joint Structures, Symptoms, Quality of Life, and Comorbid Conditions in People with Symptomatic Knee Osteoarthritis. **Nutrients** 2022 Aug 30;14(17):3576.