



Sociedade Brasileira de
Geriatria e Gerontologia

SBGG ARTIGOS COMENTADOS ABRIL 2019

Por Rubens De Fraga júnior

geripar@gmail.com

Altas doses diárias de vitamina D podem levar a insuficiência renal

***Um estudo de caso no CMAJ destaca os perigos de
tomar muita vitamina D***

Um homem de 54 anos de idade, depois de voltar de uma viagem ao sudeste da Ásia, onde passou grande parte de suas férias, mostrou níveis aumentados de creatinina, sugerindo danos nos rins. Após o encaminhamento para um especialista em rins e testes adicionais, ele tinha tomado altas doses de vitamina D prescrito por um naturopata. Após 2 anos e meio, o paciente, que não tinha histórico de perda óssea ou deficiência de vitamina D, tomou de 8 a 12 mil unidades de vitamina D diárias. Como resultado, ele

apresentou altos níveis de cálcio no sangue, o qual causou importantes danos renais.

"Embora a toxicidade da vitamina D seja rara, sua ampla disponibilidade em várias formulações sem receita médica pode representar um risco substancial para pacientes desinformados", diz o Dr. Bourne Auguste, membro clínico da Home Dialysis em Toronto General Hospital.

A dose diária recomendada de vitamina D é de 400-1000 UI, com 800-2000 UI recomendada para adultos com alto risco de osteoporose e para idosos.

"Nossa experiência nos mostra que pacientes e médicos devem estar mais bem informados sobre os riscos do uso irrestrito da vitamina D. Diante de novas descobertas da Força-Tarefa de Serviços Preventivos dos EUA, as atuais diretrizes canadenses sobre seu uso em indivíduos de baixo risco devem ser revisitadas, " sugerem os autores.

Fonte

CMAJ (2019). www.cmaj.ca/lookup/doi/10.1503/cmaj.180465

Três simples medidas para prever a síndrome metabólica em idosos

Um novo estudo descobriu uma taxa surpreendentemente alta de síndrome metabólica entre indivíduos com idade entre 60 e 100 anos. Três indicadores antropométricos fáceis de medir foram preditivos de síndrome metabólica em homens e mulheres e podem ser úteis para indicar a necessidade de cuidados preventivos e testes adicionais, de acordo com os resultados publicados na Síndrome Metabólica e Distúrbios Relacionados.

O artigo, que avaliou cerca de 500 idosos, intitula-se "Desempenho dos Indicadores Antropométricos na Predição da Síndrome Metabólica do Idoso" e foi co-autorado por Carla Helena Augustin Schwanke, MD, Ph.D. e colegas da Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, Brasil. Cerca de 60% dos participantes do estudo tinham síndrome metabólica. Os pesquisadores avaliaram o valor preditivo de cinco medidas antropométricas em homens e mulheres, que incluíam diâmetro da cintura (da frente para trás), diâmetro / altura da cintura, circunferência do pescoço e índices compostos por uma combinação de peso, altura e circunferência da cintura. Todas essas medidas são fáceis de obter em um consultório médico de atenção primária.

"Este estudo reforça a importância da simples observação clínica e medição no esforço para reconhecer e tratar a doença metabólica associada à obesidade", diz Dr. Adrian Vella, professor da Mayo Clinic College of Medicine, Rochester.

Fonte

Jamile Ceolin et al, Performance of Anthropometric Indicators in the Prediction of Metabolic Syndrome in the Elderly, *Metabolic Syndrome and Related Disorders* (2019). [DOI: 10.1089/met.2018.0113](https://doi.org/10.1089/met.2018.0113)

Satisfação sexual entre os idosos: mais do que apenas ter boa saúde

Comunicação , estar num relacionamento feliz, e saúde, são importantes para a satisfação sexual entre os idosos, de acordo com uma nova pesquisa publicada no PLOS ONE

A expressão sexual é cada vez mais reconhecida como importante ao longo da vida, na manutenção de relacionamentos, na promoção da autoestima e na contribuição para a saúde e o bem-estar. Embora os profissionais de saúde estejam sendo encorajados a serem mais proativos em ajudar os pacientes idosos a alcançar uma vida sexual satisfatória, existe uma clara falta de competências dos profissionais de saúde em orientar as dificuldades de relacionamento sexuais.

"Nós identificamos que muitas pessoas que relataram problemas ou falta de satisfação buscaram ajuda. Embora isso possa ser uma escolha individual é vital que os indivíduos se sintam capazes de fazer perguntas aos profissionais de saúde. Em particular, discutir problemas podem levar à identificação de condições médicas subjacentes ".

"Os resultados do estudo sugerem que abordagens farmacológicas, como o Viagra, nem sempre ajudam a resolver as dificuldades sexuais, que precisam ser vistas no contexto mais amplo da vida das pessoas idosas."

Fonte

Bob Erens et al. Health status, sexual activity and satisfaction among older people in Britain: A mixed methods study, *PLOS ONE* (2019). DOI: [10.1371/journal.pone.0213835](https://doi.org/10.1371/journal.pone.0213835)

AGS divulga novas medidas de ação para orientar o atendimento a idosos com múltiplas doenças crônicas

Cuidar de idosos com múltiplas condições crônicas podem criar situações desafiadoras. Por exemplo, alguns tratamentos podem ser prejudiciais a idosos que convivem e gerenciam várias condições crônicas. Em alguns casos, vários tratamentos podem estar disponíveis, mas os profissionais de saúde podem não saber qual é o melhor para um indivíduo em particular. Em outros casos, idosos e cuidadores podem até receber recomendações de tratamento diferentes, dependendo dos profissionais de saúde que oferecem a orientação. O mais importante de tudo é que administrar os cuidados para múltiplas condições crônicas podem dificultar o foco no que mais importa ao paciente - uma prioridade chave quando pensamos no cuidado centrado na pessoa de

alta qualidade que todos nós queremos e precisamos à medida que envelhecemos.

A American Geriatrics Society (AGS) reuniu um painel de especialistas médicos para abordar como oferecer o melhor atendimento para idosos que vivem com múltiplas condições crônicas. O painel revisou uma série de estudos clínicos e desenvolveu os Princípios Orientadores da AGS para o Cuidado de Idosos com Multimorbidade.

O painel de especialistas identificou cinco "princípios-chave" que os profissionais de saúde devem seguir para apoiar os melhores cuidados para idosos com múltiplas condições crônicas:

1. Incluir preferências pessoais na tomada de decisões sobre cuidados. Os idosos que têm múltiplas condições crônicas de saúde devem ser questionados sobre como desejam tomar decisões médicas que afetam seus cuidados. Sempre que apropriado, cuidadores e familiares também devem estar envolvidos nessas discussões.
2. Compreender os limites das evidências sobre as opções de tratamento. Os médicos devem entender que respostas específicas, baseadas em evidências, a perguntas sobre as melhores escolhas médicas para idosos podem não existir. Isso porque todo adulto mais velho e toda situação de saúde é única.
3. Pesar os riscos pelos benefícios. Ao abordar várias condições crônicas para uma pessoa mais velha, os médicos devem considerar como uma pessoa pode ser sobrecarregada por um plano ou tratamento médico em comparação a outros. Eles também devem pesar os benefícios das opções de tratamento, bem como informações sobre o status funcional da pessoa (sua capacidade de realizar atividades diárias, como tomar

banho e comer), a expectativa de vida (quanto tempo eles provavelmente viverão) e a qualidade de vida.

4. Considere se o tratamento é administrável. Ao compartilhar recomendações, os médicos devem explicar a complexidade de um tratamento e se ele se adapta à situação particular de um idoso.

5. Faça a melhor escolha possível. Em última análise, os profissionais de saúde também devem tentar escolher terapias que tenham mais benefícios, causem menos danos e trabalhem para melhorar a qualidade de vida de uma pessoa idosa.

Agora, um grupo de geriatras, cardiologistas e médicos clínicos gerais identificaram um conjunto de ações baseadas nestes princípios orientadores para ajudar os profissionais de saúde a trabalhar com idosos e cuidadores.

Essas etapas incluem:

1) Identificar e comunicar as prioridades de saúde.

2) Pare, inicie ou continue o atendimento com base nas prioridades de saúde, benefícios / danos potenciais e trajetória de saúde.

3) Alinhar decisões e cuidados baseados em nossas prioridades de saúde.

Fonte

Cynthia Boyd et al, Decision Making for Older Adults With Multiple Chronic Conditions: Executive Summary for the American Geriatrics Society Guiding Principles on the Care of Older Adults With Multimorbidity, *Journal of the American Geriatrics Society* (2019). DOI: [10.1111/jgs.15809](https://doi.org/10.1111/jgs.15809)