

Parámetros morfo-funcionales asociados a sarcopenia en adulto mayor Centro de Bienestar del Anciano Nuestra Señora de la Pobreza, Pereira, Colombia, 2017

Investigación en curso

Yeraldin Urazán Hernández*, Alejandro Gómez Rodas**

Resumen

Introducción: La Sarcopenia es un síndrome que está directamente relacionado con el proceso de envejecimiento de la población, y aunque puede deberse a factores como la malnutrición, el desacondicionamiento físico o fracasos orgánicos, es el sedentarismo el principal factor causal. La Sarcopenia se caracteriza por la pérdida generalizada y progresiva de la masa y fuerza muscular y del rendimiento físico; estos cambios representan un alto riesgo de resultados adversos como declinación de la habilidad funcional, incidencia de discapacidad y mayor riesgo de mortalidad en los adultos mayores. Por tanto, la presente investigación pretende caracterizar los parámetros morfo-funcionales asociados a la Sarcopenia en adultos mayores pertenecientes al Centro de Bienestar del Anciano Nuestra Señora de la Pobreza, Pereira, Colombia, 2017.

Método: Estudio no experimental-descriptivo, de tipo empírico analítico y de carácter observacional analítico; la población de la investigación está constituida por 60 adultos mayores de 65 años de edad, pertenecientes al Centro de Bienestar del Anciano Nuestra Señora de la Pobreza, Pereira, Colombia. Se realizará un análisis multivariado, se codificarán, digitarán y analizarán los datos en el programa de datos Excel y su complemento estadístico Megastat.

Resultados: Se espera encontrar pérdida generalizada de la masa y fuerza muscular y del rendimiento físico de los adultos mayores de 65 años, para así correlacionar el grado de limitación funcional de dicha población. Además, se dejará como soporte técnico, una guía de estrategias de mejora, que sea conocida por parte de los cuidadores y aplicada en los adultos mayores de 'El Centro de Bienestar del Anciano Nuestra Señora de la Pobreza', Pereira, Colombia, para contribuir en el proceso de atención en salud de esta población.

Palabras clave: Envejecimiento Humano; Inactividad Física; Sedentarismo, funcionalidad.

* Estudiantes VII semestre de Fisioterapia. Fundación Universitaria del Área Andina. Seccional Pereira. Yurazan@estudiantes.areandina.edu.co. Integrante del semillero SEMFIS.

** Docente Fundación Universitaria del Área Andina y Universidad Tecnológica de Pereira, Programas de Fisioterapia y Ciencias del Deporte y la Recreación.

Characteristics Of Morpho-Functional Parameters Associated with sarcopenia in Elderly Belonging to Centro de Bienestar del Anciano Nuestra Señora de la Pobreza, Pereira, Colombia, 2017

Investigation in process

Abstract

Introduction: Sarcopenia is a syndrome that is directly related to the aging process of the population, and although it may be due to factors such as malnutrition, physical deconditioning or organic failure, sedentarism is the main causal factor. Sarcopenia is characterized by generalized and progressive loss of muscle mass and strength and physical performance; These changes represent a high risk of adverse outcomes such as decline in functional ability, incidence of disability, and increased risk of mortality in elderly. Therefore, the present research aims to characterize the morpho-functional parameters associated with Sarcopenia in elderly belonging to Centro de Bienestar del Anciano Nuestra Señora de la Pobreza, Pereira, Colombia, 2017.

Method: Non-experimental-descriptive study, analytical empirical type and observational analytical character; The research population consists of 60 adults over 65 years old, belonging to Centro de Bienestar del Anciano Nuestra Señora de la Pobreza, Pereira, Colombia, 2017. A multivariate analysis will be performed, data will be encoded, typed and analyzed in the Excel data program and its Megastat statistical complement.

Results: It is expected to find generalized loss of muscle mass and strength and physical performance of adults over 65 years, in order to correlate the degree of functional limitation of this population. In addition, it will be left as technical support, a guide of strategies of improvement, that is known by the caregivers and applied in the elderly of the Centro de Bienestar del Anciano Nuestra Señora de la Pobreza, Pereira, Colombia, in order to contribute to the health care process of this population.

Keywords: Human Aging; Physical Inactivity; Sedentary Lifestyle; Functionality.

Introducción

La Sarcopenia es un síndrome que se caracteriza por una pérdida gradual y generalizada de la masa muscular, la fuerza muscular y el rendimiento físico; esto representa un alto riesgo de resultados adversos como discapacidad física, calidad de vida deficiente y mortalidad (1). Aunque no existe una causa clara para su inicio, se han planteado múltiples mecanismos con relación a su desarrollo, entre ellos la actividad hormonal, con la reducción de la hormona de crecimiento, el factor de crecimiento similar a la insulina y los andrógenos, mecanismos pro-inflamatorios evidenciados por la presencia aumentada de interleuquina 6 y de factor de necrosis tumoral alfa (2).

También se ha planteado que la misma disminución de la fuerza muscular y la reducción de la masa muscular participarían de la génesis, y además se ha asociado a la reducción de las fibras musculares y a la denervación de las unidades motoras, las cuales son reinervadas por neuronas más lentas (2).

La prevalencia de la Sarcopenia en las personas de 60-70 años es del 5%-13%, mientras que oscila entre el 11% y el 50% en las personas mayores de 80 años. En el año 2000, el número de personas ≥ 60 años en todo el mundo se calculó en 600 millones, una cifra que se espera que aumente a 1.200 millones en 2025 y a 2.000 millones en 2050. Incluso con una estimación conservadora de la prevalencia, la Sarcopenia afecta a más de 50 millones de personas actualmente y afectará a más de 200 millones en los próximos 40 años. Las consecuencias de la Sarcopenia en las personas de edad avanzada son de amplio alcance; sus costos importantes se miden en cuanto a morbilidad, discapacidad, costo elevado

de la asistencia sanitaria y mortalidad (1).

Todos los cambios que caracterizan la Sarcopenia, están relacionados al proceso de envejecimiento y a los problemas de salud de los adultos mayores. Estos cambios se manifiestan como declinaciones en el estado funcional, ya que son condicionantes de deterioro funcional en los adultos mayores que, de no ser tratados, pueden conducir a situaciones de incapacidad severa, inmovilidad, inestabilidad y deterioro intelectual que ponen al individuo en riesgo de iatrogenia (3).

Una de las mejores maneras de evaluar el estado de salud de los adultos mayores, es mediante la evaluación funcional, la cual provee los datos objetivos que pueden indicar la futura declinación o mejoría en el estado de salud (3), ya que es un proceso dirigido a recoger información sobre la capacidad del anciano para realizar su actividad habitual y mantener su independencia en el medio en que se encuentra (4). Por ello, si se desean aumentar los niveles de funcionalidad del anciano, se debe detectar en forma anticipada aquellas situaciones presentes en el adulto mayor que coloquen en riesgo el mantenimiento de la misma, con la ayuda de instrumentos creados específicamente para este fin (5). De ahí que el objetivo de las escalas de valoración funcional sea determinar la capacidad de una persona de satisfacer sus necesidades de manera autónoma, independiente y satisfactoria (6). Paralelamente a estas mediciones, se evalúa la cantidad de Masa Muscular y la fuerza muscular como parámetros vinculados a la funcionalidad.

En este orden de ideas, el presente estudio pretende determinar las características

de estos parámetros morfofuncionales en los adultos mayores de El Centro de Bienestar del Anciano Nuestra Señora de la Pobreza, Pereira, Colombia, para así contribuir en el proceso de atención en salud de esta población y desarrollar, una vez conocidas estas variables, estrategias posteriores para la mejora de su calidad de vida.

Materiales y Métodos

Metodología

Tipo de estudio: Estudio no experimental-descriptivo, de tipo empírico analítico y de carácter observacional analítico.

Población: Adultos mayores de edad pertenecientes al Centro de Bienestar del Anciano Nuestra Señora de la Pobreza, Pereira, Colombia.

Tipo de Muestreo: No probabilístico a conveniencia hasta cumplir con la totalidad de la población objeto, mediante una muestra censo.

Criterios de Inclusión: Encontrarse en un rango de edad de 65 años en adelante, pertenecer al Centro de Bienestar del Anciano Nuestra Señora de la Pobreza, Pereira, Colombia, tener disponibilidad de tiempo, ser capaces de seguir instrucciones, contar con un consentimiento informado firmado por el Centro Asistencial y cada uno de los sujetos de estudio o acudientes, en caso de que los sujetos no puedan hacerlo.

Criterios de exclusión: Limitaciones a nivel ortopédico que impidan el adecuado desarrollo de las pruebas; presentar patologías diagnosticadas; uso de ayudas externas para la deambulación; factores de riesgo cardiovascular;

antecedentes o presencia de patologías cerebrovasculares.

Variables:

Dependientes: Sarcopenia.

Independiente: Masa muscular, fuerza muscular, rendimiento físico, edad y sexo.

Técnica e instrumentos para la recolección de los datos: Análisis de Bioimpedancia (ABI) para masa muscular, test de fuerza de prensión manual para fuerza muscular y test de prueba de caminata de seis minutos para rendimiento físico.

Resultados

Se espera encontrar pérdida generalizada de la masa y fuerza muscular y del rendimiento físico de los adultos mayores de 65 años, para así correlacionar el grado de limitación funcional de dicha población. Además, Se dejará como soporte técnico, una guía de estrategias de mejora, que sea conocida por parte de los cuidadores y aplicada en los adultos mayores del Centro de Bienestar del Anciano Nuestra Señora de la Pobreza, Pereira, Colombia, para contribuir en el desarrollo del proceso de envejecimiento exitoso de los adultos mayores.

Impactos

Social: Finalizada la investigación, se darán a conocer los resultados obtenidos a cada uno de los sujetos de estudio y a las directivas del plantel, para contribuir a la mejora de la calidad de vida de los mismos y a la prevención de nuevos casos de Sarcopenia.

Económico: Disminuir los costos en la salud pública, mediante la implementación de estrategias de mejora y de prevención en los parámetros morfo-funcionales asociados a Sarcopenia.

Académico: Aportará información importante sobre la Sarcopenia y su relación con fuerza muscular, rendimiento físico, masa muscular y funcionalidad,

como parámetros determinadores de dependencia funcional del adulto mayor.

Investigativo: Permitirá que jóvenes investigadores vivencien el método científico y estructuren un proyecto de vida asociado a la investigación y al desarrollo de conocimiento, aportando a la construcción de país.

REFERENCIAS

1. Luiking SV, Schoberer D, Jentoft AC, van Loon LJ. Validity and Reliability of Tools to Measure Muscle Mass, Strength and Physical Performance in Community-Dwelling Older People: A Systematic Review. *Sarcopenia*.:23.
2. Salech MF, Jara LR, Michea AL. Cambios fisiológicos asociados al envejecimiento. *Revista Médica Clínica Las Condes*. 2012 Jan 31;23(1):19-29.
3. Organización Panamericana de la Salud. Valoración funcional del anciano. *Organ Panam la Salud*. 2010;4-16.
4. OMS. Día internacional de las Personas de Edad-1° de octubre. 2016;1-2. Available from: <http://www.who.int/features/qa/72/es/>
5. Sanhueza Parra M, Castro Salas M, Merino Escobar JM. Adultos Mayores Funcionales: Un Nuevo Concepto En Salud. *Cienc y enfermería [Internet]*. 2005;11(2):17-21. Available from: <http://www.scielo.cl/pdf/cienf/v11n2/art04.pdf>
6. Trigás-Ferrín, M, Ferreira-González, L, Mejjide-Míguez H. Escalas de valoración funcional en el anciano. *Galicía Clin Soc galeta Med Interna [Internet]*. 2011;72(1):11-6. Available from: <http://www.galiciaclinica.info/PDF/11/225.pdf>