

## CONSEQUÊNCIAS E TRATAMENTO DA SÍNDROME METABÓLICA NA POPULAÇÃO IDOSA

### CONSEQUENCES AND TREATMENT OF METABOLIC SYNDROME IN THE ELDERLY POPULATION

Leyce de Paiva Alves<sup>1</sup>  
Izaias Souza Barros Netto<sup>2</sup>  
Násser Cavalcante Hijazi<sup>3</sup>  
Victória Christine de Almeida Santos<sup>4</sup>  
Blandina Luanni Lima e Silva<sup>5</sup>  
Mirlen Alves da Costa Verzeletti<sup>6</sup>  
Gelma Maria Jerônimo Vieira Neves<sup>7</sup>  
Ricardo Shinji Takahashi<sup>8</sup>  
Victor Olavo da Silva<sup>9</sup>  
Cleber Queiroz Leite<sup>10</sup>

**RESUMO:** OBJETIVO: Evidenciar as principais consequências e fatores que influenciam no prognóstico da síndrome metabólica em idosos. METODOLOGIA: A presente pesquisa trata-se de uma revisão integrativa de literatura. RESULTADO E DISCUSSÃO: O processo de envelhecimento mundial contribui para o aumento de doenças crônicas na população idosa. A síndrome metabólica, por se tratar de uma doença multifatorial, requer tratamento das patologias de base associada com mudança no estilo de vida. Além disso, são necessários cuidados para evitar o quando de polifarmácia nos pacientes idosos, tendo em vista que a interação medicamentosa pode agravar o seu quadro. Dessa forma, é necessária uma boa orientação da equipe multiprofissional ao indicar uma conduta para o paciente idoso portador de SM, para que ele faça uso do tratamento prescrito e evitar complicações por conta da patologia. CONSIDERAÇÕES FINAIS: O estudo possibilitou identificar que as principais consequências a SM no idoso são os riscos aumentados de doenças cardiovasculares, interações medicamentosas e a morbimortalidade. Por isso é imprescindível orientar o paciente a fazer o tratamento adequado com a mudança de estilo de vida para um melhor prognóstico e bem-estar. 587

**Palavras-chaves:** Polifarmácia. Saúde do Idoso. Síndrome Metabólica.

<sup>1</sup> Centro Universitário São Lucas – UNISL.

<sup>2</sup> Centro Universitário São Lucas – UNISL.

<sup>3</sup> Centro Universitário São Lucas – UNISL.

<sup>4</sup> Universidade Estadual de Ciências da Saúde de Alagoas – UNCISAL.

<sup>5</sup> Centro Universitário São Lucas- UNISL.

<sup>6</sup> Centro Universitário São Lucas – UNISL.

<sup>7</sup> Centro Universitário São Lucas – UNISL.

<sup>8</sup> Centro Universitário São Lucas – UNISL.

<sup>9</sup> Acadêmico de Medicina. Centro Universitário São Lucas (UNISL).

<sup>10</sup> Médico pelo Centro Universitário São Lucas (UNISL). Docente pela Faculdade de Ensino Superior da Amazônia Reunida (FESAR). Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-7847-1166>.

**ABSTRACT:** OBJECTIVE: To highlight the main consequences and factors that influence the prognosis of metabolic syndrome in the elderly. METHODOLOGY: This research is an integrative literature review. RESULT AND DISCUSSION: The global aging process contributes to the increase in chronic diseases in the elderly population. Metabolic syndrome, as it is a multifactorial disease, requires treatment of the underlying pathologies associated with changes in lifestyle. Furthermore, care is needed to avoid polypharmacy in elderly patients, considering that drug interactions can worsen their condition. Therefore, good guidance from the multidisciplinary team is necessary when indicating a course of action for elderly patients with MS, so that they can use the prescribed treatment and avoid complications due to the pathology. FINAL CONSIDERATIONS: The study made it possible to identify that the main consequences of MS in the elderly are the increased risk of cardiovascular diseases, drug interactions and morbidity and mortality. Therefore, it is essential to guide the patient to undergo appropriate treatment with lifestyle changes for a better prognosis and well-being.

**Keywords:** Polypharmacy. Elderly Health. Metabolic syndrome.

## INTRODUÇÃO

O processo de envelhecimento populacional é observado mundialmente e, conseqüentemente a este processo há evidências de grandes transições demográfica, 588 nutricionais, epidemiológicas, sociais e de saúde pública ocorrendo simultaneamente (AQUINO *et al.*, 2021). Dessa forma, com a população tornando-se mais velha e o aumento de sobrevida requer um olhar mais atencioso aos impactos sociais ocasionados, dentre eles, os de saúde e bem-estar para essa população que vem crescendo (CARDOSO *et al.*, 2021).

Sincronicamente ao envelhecimento da população, está surgindo uma maior prevalência de obesidade e doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) entre essa parcela da sociedade. Ademais, na população idosa, estudos associam a Síndrome Metabólica ao aparecimento de outras patologias, dentre elas, sarcopenia, dependência funcional, depressão e comprometimento cognitivo, além de poder acarretar um estado pró-inflamatório e pró-trombótico (AQUINO *et al.*, 2021; MACHADO, 2022).

A síndrome metabólica (SM) trata-se de um conjunto de três ou mais fatores de riscos cardiometabólicos, dentre eles, a dislipidemia, resistência à insulina ou hiperglicemia, hipertensão arterial e triglicerídeos elevados. A sinergia desses componentes contribui para o aparecimento de patologias cardiovasculares e metabólicas que podem levar os indivíduos portadores não tratados ao óbito (SILVA *et al.*, 2019). Assim sendo, tal síndrome vem se

tornando com um importante problema de saúde pública (RODRIGUES *et al.*, 2022).

Além disso, a SM é um grande fator de risco para mortalidade precoce (BARROSO *et al.*, 2021). Os surgimentos da SM em idosos estão fortemente relacionados aos hábitos de vida como: alimentação inadequada, sedentarismo e pode estar correlacionada a variações genéticas e a Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) Diabetes Mellitus tipo 2 (NETO *et al.*, 2022). Uma das consequências que o idoso diagnosticado com SM está mais propenso é a polifarmácia, tendo em vista que essa população, geralmente, já tem prescrições anteriores e quando recebem novos diagnósticos e mais medicações, há um risco maior de interação medicamentosa e, conseqüentemente, efeitos adversos (GROSSER *et al.*, 2020).

Os eventos colaterais ocasionados pelo sinergismo medicamentoso é para a população idosa umas maiores causas de hospitalização e mortalidade, pois em decorrência das alterações fisiológicas que são, muitas vezes, confundidos com o processo natural do envelhecimento e com doenças crônicas, o que acaba dificultando o diagnóstico e o melhor tratamento para os idosos (TINOCO *et al.*, 2021). Dessa forma, o presente estudo tem como objetivo indicar as principais consequências e fatores prognósticos da síndrome metabólica na população idosa.

## MATERIAL E MÉTODO

Trata-se de uma revisão integrativa de literatura. Através desse tipo de pesquisa, permite-se uma análise ampla sobre os estudos já publicados sobre o tema delimitado. Dessa forma, tem-se como finalidade a síntese de dados de pesquisas relevantes que mostrem resultados importantes e contribuem para as discussões, facilitando o aprofundamento aos estudos sobre o tema.

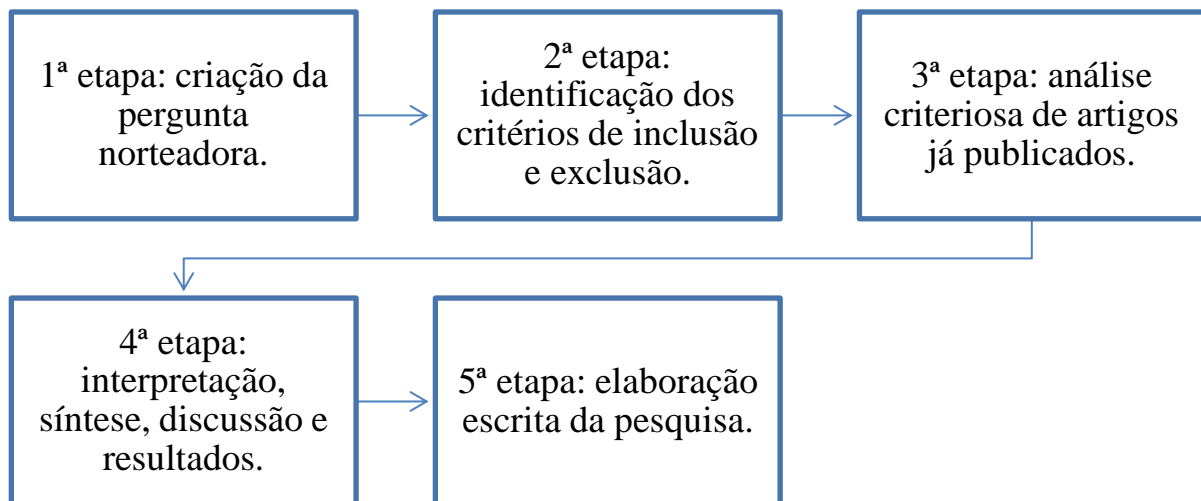
Para a elaboração do trabalho foram considerados os estudos elegíveis que avaliaram consequências e tratamento da síndrome metabólica em pessoas idosas, sem restrição de linguagem. Além disso, seguiu-se as seguintes etapas: primeiro foi feita a pergunta norteadora e, em seqüência, a identificação dos critérios de exclusão e inclusão e, logo em seguida uma análise criteriosa para seleção de artigos já publicados. Por fim, foi feita a interpretação, síntese, discussão e resultados dos estudos encontrados e selecionados e, conseqüentemente a elaboração da presente revisão integrativa.

A pergunta norteadora para a idealização do presente estudo foi: “Quais são as principais consequências da população idosa portadora da Síndrome Metabólica?”. Dessa

forma, a pesquisa bibliográfica irá abordar questões sobre os efeitos da SM na população idosa e como proceder para atenuar os fatores agravantes, através de trabalhos devidamente publicados, evidenciando e sintetizando as dificuldades encontradas no bem-estar em decorrência da patologia e algumas condutas terapêuticas utilizadas e relatadas na literatura.

A fim de responder a pergunta norteadora, realizou-se a necessidade de critérios de inclusão estabelecidos que foram: artigos indexados nas bases de dados eletrônicas PUBMED, MEDLINE, Google Scholar e SciELO. Usando-se os descritores: síndrome metabólica, doenças crônicas não transmissíveis e tratamento. Para restringir a pesquisa e analisar a literatura de forma mais atualizada, utilizou-se o recorte temporal dos seis últimos anos, 2017 a 2023, disponíveis nos idiomas inglês, português e espanhol e disponibilizados de forma gratuita nas bases de dados. Utilizou-se, também, de critérios de exclusão: artigos publicados fora do recorte temporal e que não se enquadravam nos critérios de inclusão citados.

**Figura 1.** – Etapas da elaboração desta revisão de literatura.



**Fonte:** Autores (2023).

## RESULTADO

Foram selecionados 12 estudos para síntese qualitativa, detalhada e crítica. Os artigos escolhidos atendiam aos critérios de inclusão da pesquisa, consistem em estudos prospectivos, retrospectivos, metanálises, capítulos de livros e revisões sistemáticas

publicados dentro do recorte temporal.

**Quadro 1.** Descrição dos estudos selecionados para a revisão segundo autores, ano, objetivo e resultados.

Autor(es) do artigo/ano	Objetivo	Resultados
OLIVEIRA, T, 2021.	Verificar a prevalência de síndrome metabólica em idosos brasileiros.	A SM está presente, consideravelmente, em grande parte da população idosa e deve-se criar estratégias de prevenção e promoção da saúde através de equipes multiprofissionais.
AQUINO NB et al., 2021.	Analisar a prevalência da SM e os fatores associados em idosos.	A pesquisa relatou uma prevalência de SM de 38,3% na população da amostra. Os fatores mais predisponentes foram: idade (60-69 anos), sexo feminino e obesidade.
TIMÓTEO AT 2018.	Identificar qual a composição ideal de macronutrientes em portadores da síndrome metabólica.	A principal intervenção para pacientes com SM consiste em mudanças de estilo de vidas, dentre elas a alimentar, onde é recomendado um consumo moderado e equilibrado de macronutrientes.
RODRIGUES VR et al., 2020.	Estratificar o risco cardiovascular dos pacientes idosos portadores da Síndrome Metabólica.	A população deste estudo apresentou risco cardiovascular elevado, além da relevante prevalência dos fatores de risco utilizados no Escore de Framingham e na classificação da Síndrome Metabólica.
COSTA MVG et al., 2020.	Avaliar a síndrome metabólica e o risco cardiovascular de idosos hipertensos atendidos na atenção primária	Os idosos hipertensos apresentaram uma elevada prevalência de síndrome metabólica que aumentou significativamente o risco cardiovascular.

TINÔCO EEA et al., 2021.	Analisar a polifarmácia na população de idosos mostrando as possíveis reações indesejáveis e interações medicamentosas.	A polifarmácia ocasiona riscos de reações adversas, interações medicamentosas e alguns sintomas, destacando distúrbios nos ritmos cardíacos e respiratórios, hipotensão ou hipertensão, alterações gastrointestinais, dores abdominais, tonturas, sudorese, alergias e tosse.
CORREIA W et al., 2020.	Conhecer quais os fatores de riscos associados e investigar quais estratégias vem sendo desenvolvidas para prevenção e controle da polifarmácia entre os idosos brasileiros.	Apresentar doenças crônicas e comorbidades, além de uma auto-percepção de saúde ruim, também estiveram fortemente relacionados a esta condição.
COSTA ACO et al., 2020.	Avaliar a associação da síndrome metabólica (SM) com a atividade física e as condições socioeconômicas entre idosos não institucionalizados.	A chance de SM foi maior entre os idosos fisicamente inativos.
DA SILVA AB et al., 2021.	Avaliar a relação do estado nutricional e síndrome metabólica (SM) com o consumo dos alimentos de idosos atendidos em um Ambulatório de Nutrição.	A maioria dos idosos apresentou estado nutricional de sobrepeso/obesidade, CA classificada como muito elevada, CP elevada, HAS, DM <sub>2</sub> e SM. Os idosos com sobrepeso/obesidade associaram-se a presença da SM, e a CA e CP aumentadas.

## DISCUSSÃO

De acordo com Oliveira (2021) e Aquino et al. (2021) as transformações no mundo contribuíram para o processo de envelhecimento populacional e este fenômeno resulta

também um aumento de pacientes com DCNT, como é o caso da Síndrome Metabólica, em que a os diagnósticos dentro da população idosa e adultos vem crescendo drasticamente, a SM é fator de risco para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares e morbimortalidade.

Dessa forma, a síndrome metabólica é um distúrbio multifatorial complexo considerado uma epidemia mundial, que devido ao grande risco de mortalidade e a correlação com o aparecimento de outras patologias, a SM deve ser diagnosticada e tratada de maneira preventiva (TIMÓTEO, 2018).

Além disso, o estudo de Rodrigues et al. (2020) identificou que 80% da população idosa da amostra diagnosticada com SM apresenta uma classificação de moderado ou alto risco para o desenvolvimento de doença cardiovascular pelo Escore de Framingham. O estudo de Costa, et al. (2020) também demonstrou uma porcentagem semelhante na sua amostra, onde 72,8% da população idosa pesquisada com SM apresenta moderado ou alto risco para doença cardiovascular, a pesquisa também pontuou a incidência do risco cardiovascular conforme o aumento de idade e a prevalência maior no sexo feminino.

Uma outra consequência de acordo com a pesquisa de Tinôco et al. (2021) é o crescimento do uso de diversos medicamentos em concomitância em idosos com polimorbidades, que é o que acontece com os diagnosticados com SM, que além das doenças existentes ficam predisponentes a outras patologias. Desse modo, a polifármacia é preocupante devido a interação medicamentosa que acarreta em efeitos colaterais aos pacientes e que podem piorar o prognóstico ou na taxa de morbimortalidade (CORREIA et al., 2020).

O estudo de COSTA et al. (2020) observou que a inatividade física é um fator de risco ao desenvolvimento da SM em qualquer idade. Na população idosa, por exemplo, os idosos fisicamente ativos apresentaram cerca de 33% a menos de possibilidade de desenvolver a síndrome quando comparados com idosos inativos. Desse modo, fica evidente que o estímulo de práticas de atividade física se trata de estratégias de prevenção da SM, podendo reduzir a incidência da patologia e suas consequências em torno de 9 e 20%.

Dessa forma, é imprescindível que medidas de prevenção primária sejam estabelecidas para que a síndrome metabólica e suas consequências sejam prevenidas (SOARES et al., 2019). Para isso, segundo DA SILVA et al. (2021) devido a correlação entre sedentarismo, dietas desbalanceadas e sobrepeso com a síndrome, as intervenções de primeira linha mais

eficazes serão mudança no estilo de vida, ou seja, dieta alimentar adequada e o estímulo de atividades físicas, para que se possam controlar o peso e os fatores de risco metabólicos.

Assim sendo, é importante que fatores predisponentes para a síndrome metabólica ou o diagnóstico sejam feitos de forma precoce, para que possam prevenir futuros problemas cardiovasculares ou relacionados a polifarmácia que possam prejudicar o envelhecimento e trazer sérios danos ao bem-estar do idoso. Por isso, em consonância ao estudo da Oliveira (2021) é importante conhecer a prevalência e a população afetada pela SM, para que possam ser criadas medidas efetivas de prevenção para reduzir riscos de um mau prognóstico. Assim, essas estratégias devem surgir na Atenção Básica de Saúde através de uma equipe multiprofissional que envolvam, médicos, enfermeiros, nutricionistas, farmacêuticos, educadores físicos entre outros para auxiliar na mudança de hábito de vida da população assistida.

Por conseguinte, por se tratar de uma síndrome multifatorial seu tratamento requer um controle das principais patologias associadas a ele, como é o caso do perfil lipídico, pressão arterial e glicemia (DINIZ *et al.*, 2020). Assim, fica evidente, que é de fundamental importância a realização de um tratamento terapêutico envolvendo medidas farmacológicas e de mudança de estilo de vida, como o incentivo a atividade física e melhorias na alimentação, que assim irá potencializar o tratamento e prevenção de agravos diante das doenças metabólicas da síndrome (SILVA *et al.*, 2021).

## CONCLUSÃO

É notório que as atividades do estilo de vida cotidianas adotadas no mundo globalizado, podem trazer sérios riscos a população. O processo de envelhecimento é fisiológico, no entanto, medidas de sedentarismos e de hábitos alimentares não saudáveis resultam em inúmeras patologias. O estudo permitiu identificar que a síndrome metabólica está crescendo exponencialmente e, infelizmente, trazendo consequências drásticas, tornando-o o envelhecimento que até então é algo natural, em algo patológico. No entanto, a pesquisa também possibilitou encontrar medidas que podem ser utilizadas como medidas preventivas para o desenvolvimento de SM ou dos seus agravos. Dessa forma, o presente estudo pode apresentar que as principais consequências associadas a síndrome metabólica em idosos são o risco aumentado de desenvolvimento de doenças cardiovasculares, de interações medicamentosas em decorrências de uma polifarmácia e altas taxas de morbimortalidade.



Portanto, por se tratar de uma síndrome crescente, é necessário maior incentivo de novas pesquisas literárias sobre o tema.

## REFERÊNCIAS

AQUINO, Nathalia Barbosa de et al. Síndrome metabólica em idosos de um aglomerado urbano subnormal: prevalência e fatores associados. **Cadernos Saúde Coletiva**, v. 29, p. 444-452, 2021.

BARROSO, Weimar Kunz Sebba et al. Brazilian guidelines of hypertension-2020. **Arquivos brasileiros de cardiologia**, v. 116, p. 516-658, 2021.

CARDOSO, Eliana; DIETRICH, Thais Peres; SOUZA, André Portela. Envelhecimento da população e desigualdade. **Brazilian Journal of Political Economy**, v. 41, p. 23-43, 2021.

COSTA, Ana Cristina de Oliveira; DUARTE, Yeda Aparecida de Oliveira; ANDRADE, Fabíola Bof de. Síndrome metabólica: inatividade física e desigualdades socioeconômicas entre idosos brasileiros não institucionalizados. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 23, p. e200046, 2020.

COSTA, Manoela Vieira Gomes da et al. Risco cardiovascular aumentado e o papel da síndrome metabólica em idosos hipertensos. **Escola Anna Nery**, v. 25, p. e20200055, 2020.

CORREIA, Wellington; TESTON, Ana Paula Margioto. Aspectos relacionados à polifarmácia em idosos: um estudo de revisão. **Brazilian Journal of Development**, v. 6, n. 11, p. 93454-93469, 2020.

DA SILVA, Andressa Baumhardt et al. Relação do consumo de alimentos com o estado nutricional e a síndrome metabólica em idosos Relationship of food consumption with nutritional status and metabolic syndrome in elderly. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 4, n. 5, p. 19762-19777, 2021.

DINIZ, F. L.; GONÇALVES, K. M. C. Síndrome Metabólica: O papel da nutrição no tratamento. Faculdade de Ciências da Educação e Saúde Curso de Nutrição.2020.

GROSSER, Rafaela Dinorá et al. Síndrome metabólica em idosos: relação com multimorbidade e capacidade funcional. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 3, n. 4, p. 10319-10329, 2020.

MACHADO, Gabriela Muller. Estudo da sarcopenia e fragilidade na doença hepática gordurosa associada à disfunção metabólica. 2022.

NETO, José Claudio Garcia Lira et al. Frequência e fatores associados à dislipidemia entre pessoas com Diabetes Mellitus tipo 2. **Rev. Pesqui.(Univ. Fed. Estado Rio J., Online)**, p. e11014-e11014, 2022.

OLIVEIRA, Tatiara de. Prevalência de síndrome metabólica em idosos brasileiros: uma

revisão de literatura. 2021.

RODRIGUES, Allana Lima Moreira et al. Variáveis clínicas consideradas fatores de risco para a síndrome metabólica: um estudo transversal. **Escola Anna Nery**, v. 26, p. e20210321, 2022.

SILVA, Myllena Figueira et al. PREVALÊNCIA DA SÍNDROME METABÓLICA: UMA REVISÃO DE LITERATURA. **Scientia Generalis**, v. 2, n. 2, p. 298-306, 2021.

SILVA, Patrícia Aparecida Barbosa et al. Fatores associados à síndrome metabólica em idosos: estudo de base populacional. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 72, p. 221-228, 2019.

SOARES, Ana Paula Gomes; BRANDÃO, Igor Macêdo; ANIZ, Jefferson Coldisson Santana. **Síndrome Metabólica E Dietoterapia**. Clube de Autores, 2019.

TIMÓTEO, Ana Teresa. Dieta em doentes com síndrome metabólica: qual a composição ideal de macronutrientes?. **Revista Portuguesa de Cardiologia**, v. 37, n. 12, p. 1001-1006, 2018.

TINÔCO, ERICA ELEN ASSIS et al. POLIFARMÁCIA EM IDOSOS: CONSEQUÊNCIAS DE POLIMORBIDADES. **Brazilian Journal of Surgery & Clinical Research**, v. 35, n. 2, 2021.