

## **Prevenção a Osteoporose e Osteopenia: Um Programa de Extensão Universitária**

Autor: **Eduardo Azzi** (Fundação Técnico-Educacional Souza Marques)  
Co-Autora: **Norma Moreira S. Franco** (Fundação Técnico-Educacional Souza Marques)

**Introdução:** Com o envelhecimento, o organismo fica mais susceptível a várias patologias, dentre elas a osteoporose, que é uma das doenças metabólicas mais comuns, sendo a principal causa de fraturas por fragilidade esquelética. A baixa massa óssea (osteopenia ou osteoporose) é um problema importante de saúde pública que afeta milhões de brasileiros. Após a menopausa, calcula-se que uma em cada três mulheres desenvolve a doença, principalmente aquelas que possuem etnia branca. Entre os homens, a frequência é de quase 15% após os 65 anos de idade.

**Objetivo:** Detectar e informar a comunidade de Cascadura, no Rio de Janeiro, sobre medidas de prevenção de osteopenia e osteoporose.

**Metodologia:** Inicialmente, foi realizada uma palestra para a comunidade local, com idade entre 30 e 80 anos, na FTESM, com a finalidade de esclarecer dúvidas sobre a doença e selecionar pessoas com necessidade de tratamento. Após a palestra, foi feito o exame de ultrasonometria, do calcâneo, no próprio local. O resultado foi considerado normal quando o exame de Desimetria de Massa Óssea – DMO apresentava valores abaixo de -1 desvio-padrão de normalidade; considerado positivo para osteopenia, quando DMO apresentava valores entre -1 e -2,5 e para osteoporose quando o exame apresentava DMO abaixo de 2,5.

**Resultados:** Dos 174 avaliados, 149 eram do sexo feminino e 25 do sexo masculino. 101 apresentaram diagnósticos positivos e 73 negativos, para osteopenia ou osteoporose, sendo que: 87,49% eram mulheres e 12,6% homens. 83,2% apresentavam osteopenia e 16,8% apresentavam diagnóstico para osteoporose. 83,2% eram de etnia branca, o que confirma dados na literatura sobre a maior incidência nessa raça.

**Conclusão:** Foi observado que a maioria dos sujeitos avaliados não tinham informações sobre a doença, mostrando a necessidade de promoção de programas que visem à prevenção dessa doença e conseqüentes incapacidades.