OSTEOPOROSE: PREVENÇÃO E QUALIDADE DE VIDA

Deanne Carolinne BRASIL[1]; Carolyne Costa de Aguiar SANTOS[1]; Carina Ziolkowski TAMES[1]; Cristiano de Sousa GUTIEREZ[1]; Thiago Alcântara RESENDE[1]; Ana Paula BALMANT[1]; Lara BRONDANI[1]; Elisângela Jardim COELHO[1]; Flavio Aparecido TERASSINI[1]

1. Centro Universitário São Lucas, Porto Velho, Rondônia, Brasil.
*Autor correspondente: deannebrasil@hotmail.com

De acordo com os dados da International Osteoporosis Foundation (IOF), a osteoporose atinge cerca de dez milhões de pessoas no Brasil e conforme o Departamento Ósseo e Mineral da Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia (SBEM), trata-se de uma doença silenciosa e, por conta do envelhecimento da população, a tendência é de que o número de pacientes cresça nos próximos anos. O adoecimento da população tem ocorrido de uma forma lenta, tendo a sua manifestação relacionada a quedas e fraturas como das vértebras, rádio distal e colo do fêmur. Dessa forma, tanto a doença como as fraturas podem afetar diretamente a qualidade de vida do indivíduo. Os idosos são os mais afetados, tendo sua limitação funcional e independência comprometida. Sendo assim se faz necessário, investimentos na educação em saúde e políticas públicas que garantam a conscientização dos cuidados necessários, promovendo longevidade para as pessoas de todas as faixas etárias com a prevenção e tratamento da doença. O trabalho exposto tem como finalidade divulgar os fatores desencadeantes da osteoporose, relacionados à prática de atividade física, alimentação, cálcio, vitamina D, fatores hormonais e senilidade que interferem na qualidade de vida. Através das publicações realizadas em mídia digital, espera-se o alcance da

população em geral, crianças, adolescentes, adultos e idosos, principalmente os do sexo feminino, usuários das redes sociais, com a finalidade de esclarecer, informar e prevenir de forma contemporânea os principais fatores relacionados a osteoporose e a sua relação com a prevenção que se inicia no período da infância se estendendo até a adolescência e fase adulta. No primeiro momento foram utilizadas informações obtidas através de revisão de literatura, sendo recorrido as bases de dados Scielo, PubMed, BVS e acervo digital São Lucas para a elaboração da fundamentação teórica, a qual serviu de embasamento para a confecção dos Flyers digitais, que são ações em comunicação utilizadas para divulgação de informações destinadas a uma grande quantidade de pessoas. Foram confeccionados 04 (quatro) Flyers abordando assuntos relacionados à prevenção e cuidado da osteoporose. As postagens apresentavam conteúdos e imagens de aparência lúdica sendo realizadas uma vez por semana durante quatro semanas nas redes sociais dos integrantes do trabalho - Instagram®, ferramenta que demonstra um recurso tecnológico de grande potencial e abrangência, além de um baixo custo. Os Flyers tiveram cerca de 11.434 visualizações no período de 13 de abril à 04 de maio de 2021. As divulgações nas redes sociais foram satisfatórias, conscientizando e sensibilizando diferentes populações com o intuito de prevenir e impactar quanto a importância de buscar informação e atendimento com profissionais especializados, atingindo o objetivo principal, a promoção da saúde. A conscientização realizada através de mídia digital disponibilizada nas redes sociais, foi importante pois destacou a abordagem de assuntos que vem trazendo novos conhecimentos, visões e reflexões sobre a população e o problema em foco, onde publicações que explanam sobre saúde física e educação em saúde acarretam boas práticas do envelhecimento e são de extrema importância, pois todos desejam alcançar uma terceira idade saudável e sem incapacidades.

PALAVRAS-CHAVE: Osteoporose; Prevenção; Estilo de Vida Saudável; Envelhecimento.