

## **Guia colaborativo e educativo apresenta as melhores práticas clínicas e de evidências científicas sobre osteoporose**

*Manual organizado por grupo liderado pela ABQV visa auxiliar profissionais da saúde nas decisões sobre a doença*

A osteoporose é uma doença osteometabólica sistêmica, caracterizada pela redução na densidade e qualidade óssea, e tem como desfecho clínico mais importante a ocorrência de fraturas por baixo impacto, particularmente na coluna, no antebraço e no quadril.

Devido sua condição silenciosa, assintomática, de difícil diagnóstico antes da ocorrência de fraturas e que afeta, de acordo com a Fundação Internacional da Osteoporose (IOF – *International Osteoporosis Foundation*), 200 milhões de pessoas no mundo, 10 milhões somente no Brasil, a doença e as fraturas associadas são importantes causas de mortalidade e morbidade.

Por conta disso, a doença pode ser incapacitante, acarretar dores crônicas e até mesmo problemas emocionais, já que as fraturas atrapalham muito o dia a dia. As mulheres na menopausa estão mais suscetíveis ao problema de saúde por questões hormonais. Além disso, a maioria das pessoas com osteoporose só descobre a doença após fazer um exame de densidade óssea ou ao fraturar um osso.

Para auxiliar na tomada de decisões sobre a osteoporose, o grupo Coalizão Saúde e Osteoporose, formado por gestores das áreas de saúde pública e privada e representantes de sociedades médicas e de pacientes, liderado pela Associação Brasileira de Qualidade de Vida (ABQV), lançou o [Manual brasileiro de osteoporose “Orientações práticas para os profissionais de saúde”](#).

Lançado durante o seminário virtual “Osteoporose: Um problema de saúde pública. Como enfrentá-lo?”, realizado durante o 19º Congresso Brasileira de Qualidade de Vida (CBQV), promovido pela ABQV de 17 a 20 de maio, a publicação visa contribuir para a formulação tanto de políticas públicas como de linhas de cuidado para avançar em ações realmente efetivas de enfrentamento à doença.

“O objetivo do grupo Coalizão Saúde e Osteoporose com este manual é que ele seja um guia completo, baseado nas evidências mundiais consagradas, mas dentro de um contexto nacional, para consulta rápida, que objetiva a abordagem multidisciplinar da doença para generalistas e especialistas, com ênfase na prevenção, diagnóstico e tratamento da osteoporose”, destacou Perola Grinberg Plapler, diretora da Divisão de Medicina Física do Instituto de Ortopedia e Traumatologia (IOT), do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo (HCFMUSP), e uma das organizadoras do guia.

Em formato digital, o manual – única publicação do tipo no país – possui 22 capítulos e contou com o apoio das principais organizações em saúde que atuam com osteoporose no Brasil. Com linguagem prática, escrito por profissionais e pesquisadores experientes, para ser aplicado no dia a dia da atenção à saúde, o guia é destinado aos profissionais de saúde que atuam no sistema público e privado de saúde e visa oferecer ferramentas para que eles possam fazer o rastreamento e identificação dos fatores de risco, o manejo e a prevenção primária e secundária da doença para que, dessa forma, consiga-se mudar o panorama da osteoporose no país em um futuro breve.

“O livro traz capítulos de renomados colegas sobre epidemiologia, fisiopatologia, diagnóstico e tratamento da osteoporose, além de como criar um FLS (*Fracture Liaison Service*) para prevenir novas fraturas e visa uma abordagem médica, orientada para a prevenção e o tratamento da doença. Tendo como foco a multidisciplinaridade, envolvemos colegas endocrinologistas, epidemiologistas, fisiatras, geriatras, ginecologistas, ortopedistas, radiologistas e reumatologistas na produção do rico conteúdo”, explicou Adriana Orcesi Pedro, organizadora da publicação, livre-docente em ginecologia pela Universidade Estadual de Campinas (Unicamp) e presidente da

Comissão Nacional Especializada em Osteoporose da Federação Brasileira das Associações de Ginecologia e Obstetrícia (Febrasgo).

Vera Lucia Szejnfeld, reumatologista e professora adjunta da disciplina de Reumatologia e coordenadora do Setor de Doenças Osteometabólicas da disciplina de Reumatologia da Universidade Federal de São Paulo (Unifesp) – também organizadora do manual – explicou que a abordagem da osteoporose exige a coordenação do cuidado, com a adoção de modelos lógicos que incluem o apoio ao autocuidado, o uso de protocolos clínicos baseados em evidências científicas e a articulação entre os diferentes níveis de atenção e que os profissionais de saúde precisam estar atualizados para que possam utilizar as alternativas mais efetivas, atuar em rede e conseguir os melhores desfechos.

“A osteoporose é pouco diagnosticada. Nosso objetivo é chamar a atenção para a necessidade de prevenção, tratamento e intervenção na doença, que apesar de muito frequente, é pouco lembrada e tratada. Queremos que mesmo os não especialistas saibam o que fazer quando atenderem um paciente com fratura”, ressaltou Vera.

O Manual brasileiro de osteoporose “Orientações práticas para os profissionais de saúde” é gratuito, está disponível para download no site da ABQV e das entidades apoiadoras.

“Em um ano tão turbulento, com tantos obstáculos, lançamos um livro que acreditamos que será uma excelente referência e servirá de estímulo para o entendimento da osteoporose, para profissionais da saúde em hospitais, consultórios e ambulatórios da rede pública. Inúmeros progressos já foram alcançados, mas ainda há um longo caminho a ser percorrido para a prevenção efetiva das fraturas por fragilidade óssea”, observou a reumatologista.

### **Prevenção e envelhecimento**

O seminário contou ainda com a participação de Michael Hodin, CEO da Global Coalition on Aging e sócio-gerente do Grupo High Lantern, que fez a palestra “Coalizão Global e envelhecimento”

Hodin comentou que o mundo sofreu grandes transformações no último século. As populações dos países desenvolvidos tiveram aumento de trinta a quarenta anos na expectativa de vida, produto de avanços científicos e tecnológicos, bem como melhorias nas condições sanitárias. E o século XXI, além das doenças infectocontagiosas, têm um novo desafio: as doenças crônicas.

“O crescimento das condições crônicas é vertiginoso. Atualmente são responsáveis por cerca de 60% do ônus decorrente de todas as doenças no mundo. Essas mudanças causam impacto em níveis individuais, sociais e econômicos. Além disso, em 20 anos teremos 2 bilhões de pessoas acima de 60 anos, que necessitarão alterar hábitos de vida e, na maioria das vezes, aderir a tratamentos medicamentosos, além de conviver com a incapacidade, se o controle da patologia não tiver sucesso”, alertou o especialista.

E os idosos constituem a população mais acometida pelas doenças crônicas, como hipertensão arterial, diabetes, câncer, patologias cardiovasculares e nos ossos, como a osteoporose. Quando as condições crônicas são mal gerenciadas, os encargos de saúde tornam-se excessivos, tanto para o governo, quanto para os familiares e para a sociedade em geral e o lugar comum na luta pelo controle das doenças crônicas é a prevenção, primária ou secundária.

“Para alcançar o envelhecimento saudável é preciso estimular a população a manter hábitos de vida mais saudáveis, além da manutenção de seguimento médico regular a fim da realização de diagnóstico precoce, caso essas condições se manifestem. O objetivo desses cuidados é não só aumentar o tempo de vida, como a sua qualidade. O maior desejo é manter independência e autonomia de cada indivíduo pelo maior tempo possível”, afirmou Hodin.

Por isso, ele enfatizou ser fundamental cuidar da saúde dos ossos e pensar em uma estrutura diferente que foque em qualidade de vida para um envelhecimento saudável

A saúde dos ossos e suas consequências, fraturas e fragilidades são crescentes neste mundo global que envelhecendo. Estima-se que a fratura de quadril, a mais prevalente, deve, até 2050, aumentar em 310% nos homens e em 240% nas mulheres acima de 50 anos. Portanto, precisamos melhorar o manejo e os cuidados específicos à população idosa. Cada vez mais é necessário a educação em saúde e uma abordagem holística com a saúde óssea”, pontuou.

Valéria Lami, da Escola de Administração de Empresas de São Paulo (EAESP) da Fundação Getúlio Vargas (FGV), também participou do evento, abordando a “Prevenção de fraturas osteoporóticas. Estudo de caso em uma operadora de saúde brasileira”, sobre o programa FLS (Fracture Liaison Service) – uma ferramenta dedicada ao tratamento dos pacientes após a ocorrência de fratura osteoporótica, criada para reduzir o ciclo de fraturas provocadas pela osteoporose.

O estudo de caso qualitativo utilizou dados secundários disponibilizados pela operadora Prevent Senior, análise documental, visita ao FLS e entrevistas com o gestor do serviço de coordenação de fraturas e descreveu o funcionamento do serviço de prevenção de fraturas osteoporóticas em uma operadora de saúde brasileira que possui atuação vertical, com perfil de atendimento prioritariamente à população idosa.

A pesquisa foi delineada com enfoque na atenção à saúde, mais especificamente sobre a estrutura e processos de seu FLS. A conclusão foi que a operadora utiliza as diretrizes estipuladas pela International Osteoporosis Foundation de forma aplicada na identificação, investigação e acompanhamento de seus beneficiários, alcançando o principal objetivo de um FLS, que é a redução no número de fraturas por fragilidade.

“O FLS é uma linha de cuidado que permite preencher as lacunas existentes na investigação e intervenção após a ocorrência da primeira fratura para que as demais sejam reduzidas. A falta da continuidade e integralidade do cuidado com as implicações da osteoporose implica em prejuízos funcionais e/ou cognitivos a esses pacientes, levando-os a novas internações e, conseqüentemente, elevando os custos para o sistema de saúde público e privado como um todo”, informou Valéria.

O diagnóstico precoce é importante, segundo a especialista, porque um osso quebrado aumenta o risco de novas fraturas, que podem acarretar a incapacidade e redução de independência do indivíduo. Uma em cada quatro mulheres que têm uma fratura da coluna vertebral provavelmente irá fraturar novamente dentro de um ano. Após a ocorrência de uma fratura de quadril, cerca de um quarto das pessoas morrem ou nunca mais andam.

Reduzir o risco de fraturas futuras é o principal objetivo de qualquer FLS. No entanto, os centros que empregam os serviços mais intensivos, que assumem a responsabilidade pela investigação e tratamento, possuem melhores resultados do que os serviços menos intensivos, relatou Valéria a partir de seu estudo.

Ela concluiu dizendo que “o Brasil passa por uma nova realidade epidemiológica e demográfica e, diante desse novo cenário, devemos inovar o nosso modelo de atenção à saúde da população idosa, com ações que incentivem uma maior autonomia do idoso para que ele aproveite bem os anos de vida proporcionados pelo avanço da ciência”.