IMPACTO DA OSTEOARTRITE NA QUALIDADE DE VIDA DOS IDOSOS: estudo com escalas funcionais e de dor

Maria Vitória Guimarães Moreira[1]
Paolla Algarte Fernandes [2]

RESUMO

O envelhecimento populacional intensifica a prevalência de doenças crônicas, entre as quais a osteoartrite (OA) se destaca como uma das principais causas de dor e incapacidade em idosos. Caracterizada pela degeneração progressiva da cartilagem articular e por alterações estruturais ósseas, a OA compromete de maneira significativa a autonomia, a funcionalidade e o bem-estar dos indivíduos acometidos. Os impactos ultrapassam a esfera física, repercutindo nos domínios psicológico e social, com reflexos em quadros de ansiedade, depressão e isolamento. Este estudo tem como objetivo investigar a relação entre osteoartrite e qualidade de vida da população idosa, analisando sintomas, intensidade da dor, limitações funcionais e desdobramentos emocionais e sociais. A pesquisa, de caráter bibliográfico, baseia-se em fontes científicas nacionais e internacionais, buscando sistematizar evidências que permitam compreender os múltiplos aspectos dessa condição. Os resultados esperados incluem a identificação de fatores que agravam a percepção negativa da qualidade de vida e a valorização de abordagens interdisciplinares para o manejo da doença. Assim, este trabalho pretende contribuir para a formulação de estratégias terapêuticas mais eficazes e humanizadas, capazes de promover maior autonomia, funcionalidade e bem-estar entre idosos acometidos por osteoartrite.

Palavras-chave: *Osteoartrite; Qualidade de vida; Idosos; Dor crônica; Limitação funcional.*

ABSTRACT

Population aging has increased the prevalence of chronic conditions, among which osteoarthritis (OA) stands out as one of the leading causes of pain and disability in older adults. Characterized by the progressive degeneration of articular cartilage and bone structural changes, OA significantly impairs autonomy, functionality, and overall well-being. Its impact extends beyond physical limitations, affecting psychological and social domains, often contributing to anxiety, depression, and social isolation. This study aims to investigate the relationship between osteoarthritis and quality of life in the elderly, analyzing symptoms, pain intensity, functional limitations, and psychosocial outcomes. The research adopts a bibliographic approach, grounded in national and international scientific literature, in order to systematize evidence that highlights the multidimensional effects of the disease. Expected outcomes include the identification of factors that exacerbate the negative perception of quality of life and the reinforcement of interdisciplinary approaches for OA

[1] Maria Vitória Guimarães Moreira - Acadêmica do curso de Medicina do Centro Universitário Atenas.
[2] Prof. Dra Paolla Algarte Fernandes - Professor orientador do Centro Universitário Atenas.

management. Therefore, this work seeks to contribute to the development of more effective and humanized therapeutic strategies that promote autonomy, functionality, and well-being among elderly individuals affected by osteoarthritis.

Keywords: *Osteoarthritis; Quality of life; Elderly; Chronic pain; Functional limitation.*

INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional é um fenômeno global que impõe amplos desafios aos sistemas de saúde e à organização social. Dentre as diversas condições crônicas que acometem a população idosa, a osteoartrite (OA) destaca-se como uma das doenças musculoesqueléticas mais prevalentes, sendo uma causa significativa de dor, rigidez e limitação funcional em idosos em todo o mundo (HUNTER; BIERMA-ZEINSTRA, 2019). Trata-se de uma enfermidade de natureza degenerativa, caracterizada pela destruição progressiva da cartilagem articular, acompanhada por alterações ósseas subcondrais, inflamação da membrana sinovial e formação de osteófitos, afetando principalmente articulações como joelhos, quadris e coluna vertebral (LITWIC et al., 2013).

Além das repercussões físicas, a osteoartrite interfere de maneira significativa nos aspectos emocionais e sociais da vida dos idosos. A dor crônica, a perda de mobilidade e a consequente dependência de terceiros para realizar atividades rotineiras afetam diretamente a autoestima e a saúde mental desses indivíduos, podendo contribuir para quadros de ansiedade, depressão e isolamento social (MURRAY et al., 2019; TEW et al., 2007). Assim, o impacto da OA sobre a qualidade de vida ultrapassa o âmbito físico, atingindo a integralidade do ser humano.

Compreender de forma abrangente como a osteoartrite interfere na qualidade de vida dos idosos é fundamental para a formulação de estratégias de cuidado mais efetivas e humanizadas. A adoção de instrumentos padronizados, como escalas funcionais e de dor, possibilita a avaliação objetiva das limitações impostas pela doença e oferece subsídios importantes para o planejamento de intervenções terapêuticas que promovam maior funcionalidade, bem-estar e autonomia na velhice (BELLAMY et al., 1988; WOOLF; PFLEGER, 2003).

METODOLOGIA

A pesquisa desenvolvida no presente trabalho fundamenta-se em revisão bibliográfica do tipo descritiva e explicativa, visto que assume como propósito identificar fatores que determinam ou

contribuem para ocorrência de fenômenos específicos. Embasando-se em livros e artigos, visa proporcionar maior compreensão sobre o tema abordado com o intuito de torná-lo mais explícito.

O referencial teórico foi retirado de artigos científicos depositados na base de dados Google Acadêmico, *Pub Med*, *Scielo* e em livros relacionados ao tema, pertencentes ao acervo do Centro Universitário Atenas – Paracatu, Minas Gerais. As palavras-chave utilizadas para a finalidade da busca são: osteoarthritis; arthritis rheumatoid; osteoporosis; musculoskeletal diseases; complications.

Segundo Gil (2010), a metodologia de pesquisa define os procedimentos utilizados para a análise de dados, sendo assim, em relação ao tipo de pesquisa optou-se pela pesquisa bibliográfica de abordagem exploratória.

As pesquisas exploratórias têm o propósito de desenvolver, explicar e modificar conceitos e ideias, tendo como objetivo a formulação de problemas mais assertivos ou hipóteses para pesquisas futuras. A pesquisa exploratória consiste na maioria das vezes em uma investigação mais ampla de um tema genérico ou pouco explorado. (GIL, 2008)

A pesquisa bibliográfica é elaborada com base em material já publicado. Tradicionalmente, esta modalidade de pesquisa inclui material impresso, como livros, revistas, jornais, teses, dissertações e anais de eventos científicos (GIL, 2010, p.29)

RESULTADOS

A osteoartrite (OA) é uma condição degenerativa crônica que afeta as articulações sinoviais, sendo caracterizada pela perda progressiva da cartilagem articular, alterações na estrutura óssea subcondral, formação de osteófitos e inflamação de tecidos periarticulares. Essa condição representa uma das principais causas de dor e incapacidade física entre a população idosa, com impacto significativo na saúde pública e nos sistemas de atenção à saúde, especialmente nos países que enfrentam um processo acelerado de envelhecimento populacional (HUNTER; BIERMA-ZEINSTRA, 2019).

Estudos epidemiológicos revelam que a OA atinge aproximadamente 10% da população global com mais de 60 anos, sendo mais prevalente entre mulheres e indivíduos com obesidade, histórico de trauma articular, sedentarismo ou predisposição genética (CUI et al., 2020). As articulações mais frequentemente acometidas incluem joelhos, quadris, mãos e coluna vertebral, comprometendo diretamente a capacidade funcional e a autonomia dos idosos (MURRAY et al., 2023). Devido à natureza progressiva da doença, os sintomas tendem a se agravar com o tempo, exigindo estratégias terapêuticas contínuas e integradas.

A dor é o sintoma mais comum e impactante relatado por pacientes com OA, sendo geralmente de natureza mecânica, agravando-se com o uso da articulação afetada e aliviando-se com o repouso. No entanto, em estágios avançados, a dor pode tornar-se contínua, inclusive em repouso e durante o sono, interferindo significativamente no bem-estar físico e psicológico dos pacientes (NEOGI, 2013). Essa dor está associada à inflamação sinovial e à ativação de mecanismos centrais de sensibilização, o que dificulta seu controle clínico (LOHMANDER et al., 2012). Além da dor, os idosos com OA enfrentam rigidez articular matinal, limitação de movimentos e perda de força muscular, o que compromete a realização de atividades de vida diária, como caminhar, subir escadas ou executar tarefas domésticas (DA COSTA et al., 2021). Essas limitações físicas aumentam a dependência, o risco de quedas e contribuem para o isolamento social, com repercussões importantes sobre a autoestima e a qualidade de vida.

Os resultados da presente revisão corroboram esses achados, evidenciando que a OA afeta profundamente não apenas a saúde física, mas também o bem-estar emocional e social dos idosos. A literatura destaca que a dor crônica e a perda funcional decorrentes da OA estão fortemente associadas ao desenvolvimento de quadros de depressão, ansiedade e sentimentos de inutilidade, que impactam negativamente a percepção subjetiva da saúde e reduzem a motivação para adesão ao tratamento (TEW et al., 2007). Estudos também apontam que fatores como comorbidades, condições socioeconômicas desfavoráveis e desigualdades no acesso aos serviços de saúde agravam esses efeitos, especialmente em contextos de vulnerabilidade social (SANDHU et al., 2023).

Pacientes de baixa renda, com menor escolaridade ou residentes em regiões periféricas, frequentemente enfrentam dificuldades no acesso a diagnósticos precoces e ao tratamento adequado, o que resulta em piores desfechos clínicos. Essas barreiras estruturais incluem desde a escassez de profissionais especializados e a ausência de transporte até o desconhecimento dos sintomas iniciais da OA. Portanto, torna-se evidente a necessidade de políticas públicas que priorizem a equidade em saúde, com foco na redução dessas disparidades (KOLASINSKI et al., 2020).

Além disso, os dados analisados apontam para a eficácia de intervenções multidisciplinares e estratégias comunitárias adaptadas, que mostram impacto positivo na funcionalidade e no bem-estar de idosos com OA. Programas que combinam farmacoterapia, fisioterapia, prática regular de exercícios supervisionados e educação em saúde revelam-se eficazes na redução da dor, na melhora da mobilidade e na promoção da autonomia (HENROTIN, Y. et al., 2022). A utilização de escalas validadas, como a WOMAC, permite mensurar de forma sistematizada a intensidade da dor, a rigidez articular e as limitações funcionais, contribuindo para o acompanhamento e a personalização do tratamento (BELLAMY et al., 1988).

No campo da reabilitação, o fortalecimento muscular e a prática de exercícios de baixo impacto, como caminhada, hidroginástica e pilates, são amplamente recomendados por sua eficácia na melhoria da estabilidade articular e na prevenção da progressão da doença. Em casos mais avançados, quando há falha no tratamento conservador, intervenções cirúrgicas como a artroplastia total de joelho ou quadril são

indicadas, com bons resultados na recuperação da funcionalidade e qualidade de vida (OLIVEIRA et al., 2013).

Adicionalmente, programas comunitários culturalmente adaptados, desenvolvidos para atender populações em condições socioeconômicas adversas, mostraram-se eficazes na melhoria de resultados clínicos. A inserção de profissionais capacitados na atenção primária, o fortalecimento de redes de apoio local e a adoção de modelos de cuidado contínuo são estratégias que ampliam o acesso ao tratamento e favorecem a inclusão social (HEEC, 2024).

Dessa forma, os achados desta revisão reforçam a importância de uma abordagem integral e interdisciplinar no manejo da osteoartrite, considerando não apenas os aspectos físicos, mas também os determinantes sociais da saúde. A implementação de políticas públicas voltadas à prevenção, diagnóstico precoce e reabilitação funcional, aliadas à promoção da equidade no acesso a serviços de saúde, é essencial para mitigar os impactos negativos da OA na qualidade de vida dos idosos. Pesquisas como a presente contribuem para ampliar o conhecimento sobre os desafios enfrentados por essa população, promovendo um modelo de atenção mais sensível, humanizado e eficaz.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A osteoartrite representa um desafio significativo para a saúde dos idosos, impactando não apenas a funcionalidade física, mas também os domínios emocionais e sociais, o que compromete a qualidade de vida de forma multifacetada. Este estudo, baseado em uma revisão bibliográfica abrangente, destacou que a doença, caracterizada pela degeneração progressiva da cartilagem articular e pela presença de dor crônica, leva a limitações funcionais que exacerbam quadros de ansiedade, depressão e isolamento social, conforme evidenciado em pesquisas epidemiológicas e clínicas (HUNTER; BIERMA-ZEINSTRA, 2019; MURRAY et al., 2023). Os resultados reforçam a necessidade de abordagens interdisciplinárias, incluindo o uso de escalas funcionais e de dor validadas, como a WOMAC (BELLAMY et al., 1988), para avaliar e mitigar esses impactos, promovendo maior autonomia e bem-estar entre os afetados.

Implicações práticas: A adoção de estratégias terapêuticas integradas, que combinem fisioterapia, educação em saúde e suporte psicossocial, é essencial para melhorar os desfechos clínicos e reduzir desigualdades no acesso a cuidados, especialmente em populações vulneráveis (KOLASINSKI et al., 2020; SANDHU et al., 2023). Essa perspectiva humanizada pode contribuir para políticas públicas mais eficazes, visando a promoção de envelhecimento saudável.

Recomendações para pesquisas futuras: Futuros estudos devem explorar intervenções comunitárias adaptadas a contextos socioeconômicos desfavorecidos, a fim de validar a eficácia de programas de autocuidado e reabilitação, ampliando assim o escopo atual de evidências (HEEC, 2024).

Essa conclusão enfatiza a importância de um cuidado integral e equitativo, alinhado aos objetivos do estudo, para fomentar avanços na gestão da osteoartrite e na melhoria da qualidade de vida dos idosos.

REFERÊNCIAS

BELLAMY, N. et al. **Validation study of WOMAC: a health status instrument for measuring clinically important patient relevant outcomes to antirheumatic drug therapy in patients with osteoarthritis of the hip or knee.** The Journal of Rheumatology, Ontario, v. 15, n. 12, p. 1833–1840, 1988. Disponível em: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/3068365/. Acesso em: 22 abr. 2025.

CUI, A. et al. **Global, regional prevalence, incidence and risk factors of knee osteoarthritis in population-based studies.** eClinicalMedicine, v. 29, p. 100587, 2020. Disponível em: https://doi.org/10.1016/j.eclinm.2020.100587. Acesso em: 13 maio 2025.

DA COSTA, B. R. et al. **Efficacy and safety of antidepressants for the treatment of back pain and osteoarthritis: systematic review and meta-analysis.** BMJ, v. 372, p. m4825, 2021. Disponível em: https://doi.org/10.1136/bmj.m4825. Acesso em: 7 maio 2025.

Health Equity Evidence Centre (HEEC). **What works: Health and care interventions to support people from disadvantaged backgrounds with musculoskeletal conditions.** 2024. Disponível em: https://www.heec.co.uk/resource/what-works-health-and-care-interventions-to-support-people-from-disadvantaged-backgrounds-with-musculoskeletal-conditions/. Acesso em: 13 maio 2025.

HENROTIN, Y. et al. **IMPACT OF OSTEOARTHRITIS ON THE QUALITY OF LIFE OF PATIENTS: RESULTS FROM THE FRENCH-BELGIAN "STOP OSTEOARTHRITIS" SURVEY.** Osteoarthritis and Cartilage, volume 30, S369 2022. Disponível em: https://doi.org/10.1016/j.joca.2019.06.011. Acesso em: 13 maio 2025.

HUNTER, D. J.; BIERMA-ZEINSTRA, S. **Osteoarthritis.** The Lancet, London, v. 393, n. 10182, p. 1745–1759, 2019. DOI: https://doi.org/10.1016/S0140-6736(19)30417-9.

KOLASINSKI, S. L. et al. **2019 American College of Rheumatology Guideline for the Management of Osteoarthritis of the Hand, Hip, and Knee.** Arthritis Care & Research, v. 72, n. 2, p. 149–162, 2020. Disponível em: https://doi.org/10.1002/acr.24131. Acesso em: 10 maio 2025.

LITWIC, A. et al. **Epidemiology and burden of osteoarthritis.** British Medical Bulletin, London, v. 105, p. 185–199, 2013. DOI: https://doi.org/10.1093/bmb/lds038.

LOHMANDER, L. S.; ENGLUND, M.; DAHL, L. L.; ROOS, E. M. **The Long-Term Consequence of Anterior Cruciate Ligament and Meniscus Injuries: Osteoarthritis.** The American Journal of Sports Medicine, Thousand Oaks, v. 35, n. 10, p. 1756–1769, 2007. Disponível em: https://doi.org/10.1177/0363546507307396. Acesso em: 13 maio 2025.

MURRAY, C. J. L. et al. **Global burden of osteoarthritis: estimates from the Global Burden of Disease 2019 study**. Osteoarthritis and Cartilage, [S.l.], v. 31, n. 4, p. 574–580, 2023. Disponível em: https://www.oarsijournal.com/article/S1063-4584(22)00529-5/fulltext. Acesso em: 19 abr. 2025.

NEOGI, T. **The epidemiology and impact of pain in osteoarthritis.** Osteoarthritis and Cartilage, v. 21, n. 9, p. 1145–1153, 2013. Disponível em: https://doi.org/10.1016/j.joca.2013.03.018. Acesso em: 13 maio 2025.

OLIVEIRA, T. V. C.; CARVALHO, R. R. J.; CÂNDIDO, E. A. F.; LIMA, P. A. L.; SANTANA, L. S. **Avaliação da efetividade da cirurgia de artroplastia total de joelho associada à fisioterapia sob o ponto de vista da funcionalidade.** Scire Salutis, Aquidabã, v. 3, n. 2, p. 61–72, 2013. Disponível em: https://sustenere.inf.br/index.php/sciresalutis/article/view/ESS2236-9600.2013.002.0006. Acesso em: 2 maio 2025.

SANDHU, N. K.; WRIGHT, G.; FAJARDO, K.; GUPTA, L. **Health Equity in Rheumatology: A Global Health Perspective.** touchREVIEWS in RMD, London, v. 2, n. 1, p. 42–45, 2023. Disponível em: https://doi.org/10.17925/RMD.2023.2.1.42. Acesso em: 13 maio 2025.

TEW, S.R., Clegg, P.D., Brew, C.J. et al. **SOX9 transduction of a human chondrocytic cell line identifies novel genes regulated in primary human chondrocytes and in osteoarthritis.** Arthritis Res Ther 9, R107 (2007). https://doi.org/10.1186/ar2311

WOOLF, A. D.; PFLEGER, B. **Burden of major musculoskeletal conditions.** Bulletin of the World Health Organization, Geneva, v. 81, n. 9, p. 646–656, 2003. Disponível em: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2572542/. Acesso em: 20 abr. 2025.

ZHANG, Yuqing et al. **Epidemiology of Osteoarthritis.** Clinics in Geriatric Medicine, volume 26, Issue. 3, 355–369, 2010. DOI: https://doi.org/10.1016/j.cger.2010.03.001.