

RELAÇÃO ENTRE DENSIDADE MINERAL ÓSSEA E VARIÁVEIS DE CAPACIDADE FUNCIONAL DE MULHERES PÓS-MENOPAUSADAS.

Rosângela Villa Marin^{1,2}, Marise Lazaretti-Castro² e Sandra Marcela Mahecha Matsudo¹ – CELAFISCS¹, Endocrinologia EPM – UNIFESP² Brasil, rose@celafiscs.org.br Apoio CNPq processo: 309481/2003-1

Introdução: a expectativa de vida tem aumentado nos últimos anos devido a melhoria das técnicas para controle de doenças e qualidade de vida dos indivíduos (MATSUDO, 2001). A atividade física tem sido utilizada como uma forma de reduzir o risco de fraturas osteoporóticas na mulher. **Objetivo:** verificar a relação entre a densidade mineral óssea, a capacidade funcional, a prevalência de quedas, fraturas, exposição solar e dores relatadas de mulheres pós-menopausadas. **Metodologia:** a amostra foi composta por 117 mulheres com idade de 50 a 84 anos, praticantes regulares de atividade física. Foram realizados testes de capacidade funcional (velocidade de andar - VA, velocidade máxima de andar – VMA e equilíbrio estático com controle visual - EQL) segundo a padronização CELAFISCS proposta por (MATSUDO, S. 2005). A densidade mineral óssea (DMO) mediante a utilização do DEXA do fêmur total, colo de fêmur, trocânter, coluna lombar (L1–L4) e corpo total. Foi aplicado um questionário com relatos de quedas, fraturas, exposição solar e dores. Para análise dos dados foi utilizada a correlação linear de Pearson e a prevalência foi expressa em frequência (f) e porcentagem (%). O nível de significância adotado foi $p < 0,01$. **Resultados:** estão descritos nas tabelas abaixo:

Correlação (r) da DMO e capacidade funcional:

DMO (g/cm ²)	EQL	VA	VMA
TOTAL	0,22*	0,11	0,08
Femur Total	0,12	0,06	0,04
COLO	0,18	0,04	0,04
L1-L4	0,24*	0,05	0,11
TR	0,12	-0,01	-0,03

Prevalência de ocorrências:

	f	%
QUEDAS	23	12,99
FRATURAS	41	23,16
DOR	82	70,08

* $p < 0,01$

As mulheres relataram 95% de exposição solar regular. Foram encontradas correlações significativas quando verificada a densidade mineral óssea de corpo total e a de coluna (L1-L4) com o equilíbrio. As demais variáveis de capacidade funcional analisadas não apresentaram relação. **Conclusão:** a DMO em mulheres fisicamente ativas teve relação significante com o equilíbrio mas não com as velocidades de andar. Sugerindo que possíveis trabalhos associados de força, flexibilidade com esta variável podem indiretamente proporcionar melhorias na DMO e diminuição de quedas e fraturas.