

IDOSOS COM ANEMIA POR DEFICIÊNCIA DE FERRO

Elderly With Iron Deficiency Anemia

César Junior Garcia dos Reis

Biomédico, Pós Graduando Curso de Hematologia Essencial e Prática

Academia de Ciências e Tecnologia de São José do Rio Preto, SP.

RESUMO

O presente trabalho tem como tema a anemia causada em idosos devido à deficiência de ferro. O mesmo tem como principal objetivo destacar as causas e os fatores que levam ao acometimento de tal patologia em indivíduos em idade geriátrica. Como metodologia foi utilizada a pesquisa bibliográfica, a qual contou com a pesquisa realizada em bases de dados como PubMed e Scielo, em artigos e periódicos já publicados que abordam o tema em questão. A anemia, de modo geral, não deve ser considerada um resultado da idade dos indivíduos, a mesma é causada por fatores específicos, como no caso da anemia aqui estudada, por deficiência de ferro. A partir da análise dos diversos materiais pode-se verificar que a grande maioria da população possui anemia, seja ela por deficiência de ferro ou não, porém, é importante que a mesma, em idade geriátrica, que pode levar os indivíduos a apresentarem outros problemas, seja tratada da forma adequada.

Palavras Chave: Anemia. Hemoglobina. Idosos. Geriátrico. Tratamento.

ABSTRACT

The present work has as its theme the anemia caused in the elderly due to iron deficiency. The main objective is to highlight the causes and factors that lead to the involvement of such pathology in individuals of the geriatric age. As a methodology, bibliographical research was used, which included the research carried out in databases such as PubMed and Scielo, in articles and periodicals already published that deal with the subject in question. Anemia, in general, should not be considered a result of the age of the individuals, it is caused by specific factors, as in the case of the anemia here studied, by iron deficiency. From the analysis of the various materials it can be verified that the great majority of the population has anemia, whether due to iron deficiency or not, but it is important that the same, at a geriatric age, can lead individuals to present other problems, is treated properly.

Keywords: Anemia. Hemoglobin. Seniors. Geriatric. Treatment.

INTRODUÇÃO

O envelhecimento, em si, causa o declínio funcional de diversos sistemas orgânicos, o que aumenta a probabilidade da ocorrência de disfunções e doenças nesses indivíduos, sobre esse sentido alguns autores destacam que idosos, devido a tais fatores apresentam declínio de suas capacidades físicas, funcionais, mudanças no padrão de alimentação e, em alguns casos, processos inflamatórios. Tais fatores podem desencadear o aparecimento de anemia, um tipo de problema hematológico comumente encontrado em indivíduos idosos (1).

A anemia, é definida a partir de valores de hemoglobina (Hb) no sangue, a qual para tanto se encontraria abaixo do normal para idade e gênero de cada indivíduo. Segundo a Portaria SAS/MS, nº 1247 de 10 de novembro de 2014 a mesma é considerada um dos principais problemas de saúde a nível mundial, afetando mais de um quarto da população do planeta (2, 3).

Com relação a anemia em idosos, a mesma está relacionada ao aumento da morbidade e mortalidade na população idosa, a qual acarreta um grande impacto na função e na qualidade de vida do idoso, mesmo quando o nível de Hb apresenta somente uma ligeira diminuição (4).

A metade dos casos nesse total se dá pela deficiência de ferro, a deficiência nutricional que mais prevalece e a mais negligenciada, igualmente (5, 1).

Miranda et al em seus estudos aponta que a anemia não deve ser considerada uma doença, mas sim uma doença subjacente. Ela é comum em idosos, sendo um problema frequente em indivíduos que se encontram em idade geriátrica. Ela causa manifestações fisiológicas importantes nos sistemas cardiovasculares, renal, músculo esquelético/funcional e neuro-cognitivo (3).

O objetivo principal no desenvolvimento do artigo em questão é pesquisar como a anemia, por deficiência de ferro, acontece em idosos e como essa pode ser tratada para que não leve os mesmos à morbidade ou a mortalidade.

Justifica-se o trabalho em questão pela necessidade de se investigar a anemia acometida em idosos devido a deficiência de ferro, uma vez que existem poucas pesquisas realizadas sobre esse mesmo tema.

A anemia não deve ser vista como uma consequência do envelhecimento. As causas mais comuns que levam um idoso a ter anemia são doenças crônicas e a deficiência de ferro. Sendo que a segunda, na maioria dos casos é causada devido a hemorragia gastrointestinal crônica, o que implica na realização de investigações no trato gastrointestinal (5).

A anemia deve ser vista como um distúrbio hematológico relevante, uma vez que, na literatura a anemia em idosos está associada “ao declínio cognitivo, como demência, depressão, comprometimento da memória, maior risco para o desenvolvimento da doença de Alzheimer, pior estado nutricional” e outros fatores que podem ser desencadeados (6).

Compete-se dessa forma analisar alguns aspectos teóricos e sistemáticos de trabalhos que abordam o tema anemia em idosos, quando essa está relacionada à deficiência de ferro.

1 ANEMIA

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS) a anemia pode ser definida como a redução patológica da concentração de hemoglobina (Hb) circulante no sangue, a qual pode ser desencadeada por mecanismos fisiopatológicos diversos (7).

As concentrações de Hb consideradas normais para adultos são de 12 g/dL em mulheres e 13g/dL em homens, tais valores foram matematicamente definidos com base em uma distribuição estatística realizada por Wintrobe (1933), o qual realizou um estudo em uma população saudável, aparentemente, com base no seu estado de saúde e as doenças relatadas pela mesma.

De acordo com Neke os baixos níveis de Hb no sangue são acompanhados da diminuição da massa eritróide, o que acarreta oxigenação inadequada dos tecidos (8).

Para o estudo foi utilizada a população total sem retirar qualquer tipo de amostra de indivíduos que se apresentassem já anêmicos, ou com quaisquer sintomas que fossem atribuídos ao quadro de anemia, ou estados subclínicos que afetariam a distribuição da hemoglobina na corrente sanguínea (9).

Para a realização da estatística, não foi considerada a funcionalidade dos indivíduos, de modo que a mesma não interferiu nos níveis de Hb contidos no sangue dos mesmos.

2 Anemia em Idosos

Muitos pesquisadores tem debatido o fato de que esses valores apresentados anteriormente, não são diferenciados para pessoas idosas, uma vez que pessoas nessa faixa etária apresentam diferentes características fisiológicas que devem ser observadas com mais atenção (8).

A anemia é uma disfunção do sangue que, na maioria dos casos, é mais encontrada em idosos. Fato que pode estar relacionado às diversas mudanças fisiológicas as quais tais indivíduos são acometidos devido á sua idade e ao desgaste físico e emocional (10).

A anemia, pode ser classificada de acordo com sua causa fisiopatológica ou conforme a morfologia dos eritrócitos. Com relação a sua causa fisiopatológica ela pode ser classificada como: Anemia por falta de produção, Anemia por excesso de destruição e Anemia por perda hemorrágica (8).

Já do ponto de vista morfológico as mesmas podem ser classificadas com base nos índices hematimétricos, os quais, são: VCM (Volume corpuscular médio), HCM (Hemoglobina corpuscular média) e CHCM (Concentração de hemoglobina corpuscular média), em Anemias Hipocrômicas e Microcíticas, Anemias Macroscíticas e Anemias Normocrômicas e Normocíticas. A classificação das anemias quanto ao VCM, para adultos, podem ser: Microcíticas: $VCM < 82\text{fl}$; Normocíticas: VCM entre 82 a 98fl e Macroscíticas: $VCM > 98\text{fl}$ (9).

No idoso a anemia é considerada uma condição subdiagnosticada, podendo ser, em diversos casos, podendo essa refletir uma doença base, como infecções ou neoplasias. A anemia no idoso pode ser desencadeada por três grandes vertentes (1).

Uma dessas vertentes é a anemia causada por deficiências nutricionais, a qual corresponde a um terço de todas as demais vertentes, sendo que a deficiência de ferro é a principal delas. Além disso há também a anemia em decorrência de doenças crônicas e a anemia inexplicada (1).

As condições principais dos indivíduos que estão associadas à anemia estão relacionadas a queda no desempenho físico e mental, além das habilidades de manutenção das atividades diárias, além do aumento da fragilidade. Como consequência, tais fatores levam ao aumento da morbimortalidade da população em idade geriátrica, o que acarreta diversos outros problemas aos mesmos.

A anemia por deficiência nutricional pode ser classificada por falta de produção, e é decorrente da falta de ferro, vitamina B12 ou Ácido Fólico. Geralmente os sintomas que acompanham a anemia são: irritabilidade, cefaleia, cansaço, taquicardia, dispneia, palidez, entre outros. No caso de idosos, ainda que a anemia seja leve, ela causa um impacto significativo sobre a saúde dos mesmos, podendo ser considerada um fator de risco frente à várias condições clínicas (9).

Quando a anemia é causada por deficiência de ferro, ela também pode ser denominada anemia ferropriva. Ela é o resultado de depósitos de ferro baixos, ou até mesmo esgotados, os quais são fundamentais para a produção dos glóbulos vermelhos (11).

Geralmente a anemia ferropriva se desenvolve de maneira lenta e gradual, uma vez que pode levar um tempo para que as reservas de ferro do corpo sejam esgotadas. Assim, à medida que as reservas vão diminuindo, a medula óssea produz menos glóbulos vermelhos, quando as reservas se esgotam os glóbulos vermelhos reduzem tanto em número, quanto em tamanho (11).

O ferro é um componente indispensável para a produção de Hb nos eritoblastos, e também é componente da miglobina, nos músculos e dos citocromos no fígado. Ele é encontrado em grande quantidade na natureza, e sua obtenção pelo organismo humano ocorre por meio da dieta ou pela reciclagem de hemácias vermelhas (9).

No idoso, a anemia é considerada uma condição comum, principalmente aquela acarretada pela deficiência de ferro, uma vez que o fator idade altera não somente fatores biológicos dos indivíduos, mas também alimentícios (5).

Cerca de mais de 10% dos adultos, com idade igual ou superior a 65 anos apresentam anemia, segundo os critérios e valores adotados pela OMS. Após os 50 anos de idade, a prevalência da anemia tende a aumentar à medida que a idade avança e excede 20%, naqueles que possuem 85 anos ou mais (12, 5).

A deficiência de ferro no idoso é algo comum, ela é o resultado de algum tipo de perda de sangue crônica, causada geralmente por gastrite, drogas induzidas, uso

de anti-inflamatório não esteroide, úlceras gastrointestinais, divertículos ou angiodisplasia (6).

A anemia, seja ela de qual tipo ou incidência, atinge uma grande parcela da população mundial. Porém não se deve presumir que a mesma seja um efeito normal relacionado ao envelhecimento dos indivíduos. Uma vez que os idosos apresentam uma natural redução de suas capacidades fisiológicas, mesmo que leve a anemia pode comprometer sua saúde não somente física, mas também mental e afetar diretamente a sua qualidade de vida, aumentando o risco de mortalidade naqueles idosos anêmicos (8).

Existem casos em que uma dieta inadequada, ou até mesmo absorção inadequada de ferro contribuem para a anemia, porém, qualquer perda de sangue deve ser investigada e excluída, antes de se considerar a perda de ferro devido a outras causas (5).

MÉTODO

Como metodologia o presente artigo contou com uma revisão bibliográfica sistemática de literatura, onde foram analisados diversos trabalhos e estudos realizados com relação à anemia causada por deficiência de ferro em pessoas que se encontram em idade geriátrica.

Os estudos analisados foram coletados de base de dados como Scielo e a PubMed. As palavras chave utilizadas em ambas as buscas foram: anemia, deficiência de ferro, idosos e geriátrico, restringindo a busca a estudos realizados em humanos e revisão sistemáticas, o que resultou num total de 57 artigos onde foram selecionados, com base na leitura de cada um, um total de 8 artigos. Os demais foram excluídos por não tratarem de um estudo relacionado à anemia relacionada à deficiência de ferro em idosos por meio de estudos randomizados, se tratando apenas de dietas e suplementos que são utilizados no caso da anemia ferropriva.

RESULTADOS

Com base na análise dos artigos selecionados foi possível observar que, a deficiência de ferro é algo comum em pessoas idosas, ela é, na maioria dos casos o resultado de uma perda de sangue crônica (5).

Conforme os estudos desenvolvidos pelos autores a maior incidência de perda de sangue em idosos que os levam ao surgimento da anemia são doenças gastrointestinais, como a gastrite. Segundo esses autores a realização de endoscopia gastrointestinal em idosos que possuem anemia ferropriva apresentaram que 62% dos mesmos apresentavam uma lesão que pode causar perda de sangue, 16% apresentavam pólipos pré-malignas ou câncer de colón.

Atualmente tem sido alta a prevalência de deficiência de ferro entre as causas mais comuns de anemia em pessoas idosas, assim sendo é importante realizar o reconhecimento deste diagnóstico e, desenvolver novas formas de tratamento para este grupo de pacientes.

Alguns autores avaliaram em seus estudos a prevalência da anemia em idosos atendidos pela Estratégia Saúde da Família em Porto Alegre -RS, algo que apresentou que a anemia da população daquele local, na faixa etária analisada, apresentava-a a doença, em sua maioria, devido á doenças crônicas, estimando a necessidade de maior cuidado para a prevenção de tal condição (13).

Já Cliquet em seu estudo analisou a literatura acerca do problema clínico da anemia em idosos, devido a alta morbidade e mortalidade da população o autor apresentou a necessidade dos médicos em conhecer as causas e as diferentes formas em lidar com tais pacientes, uma vez que requerem maior atenção e cuidado por parte dos mesmos (14).

De acordo com Signaolin et al o desenvolvimento de uma análise acerca dos parâmetros hematológicos e a prevalência da anemia, associando essa à condições apresentadas pela população idosa era considerada de suma importância. Seus resultados apontaram que a prevalência da anemia aumenta em conformidade com a idade dos indivíduos, porém, ela não deve ser associada somente com o processo de envelhecimento em si, uma vez que diversos outros fatores podem ser relacionados (15).

Estudos realizados em idosos de 60 anos ou mais, residentes de uma instituição de longa permanência apresentaram que a prevalência de anemia dentre os 75 residentes da instituição foi de 29,7%, onde mais da metade dos idosos

apresentavam baixo peso, e cerca de 74,2% se encontravam em risco de desnutrição (16).

Com base nesses apontamentos pode-se relacionar a anemia dos mesmos à falta de nutrientes, o que desencadeia a privação de ferro e baixa produção do mesmo, o que, como visto, acarreta o acometimento da anemia nos mesmos.

Dentre os idosos anêmicos analisados cerca de 94,7% apresentavam níveis de Hb acima de 10 g/dL, e com tendência a normocitose, a qual foi verificada em 82,3% dos casos analisados, a caracterização da anemia dos mesmos foi feita com base nos índices hematimétricos VCM, CHMC e RDW, os quais auxiliaram diretamente no diagnóstico apresentado e as possíveis etiologias dos quadros anêmicos encontrados (16).

Os estudos desenvolvidos acerca do impacto que a deficiência nutricional acarreta na saúde dos idosos apresentou que o envelhecimento é um fenômeno mundial. A população idosa tem crescido diariamente em diversas partes do mundo, e devido esse grupo ser diversificado, sua saúde nutricional da mesma forma é diversa, porém, problemas físicos, sociais ou até mesmo emocionais podem afetar a sua capacidade de manter uma dieta adequada, desencadeando assim o surgimento de diversos tipos de doenças, como a anemia (17).

Segundo os autores a carência de ferro altera os níveis de Hb, e além de causar a anemia também altera a forma das hemácias, associando assim à doenças como demência e doenças aterosclerótica. Além do tratamento adequado, os mesmos devem buscar, por meio da alimentação, ingerir folhas verdes, verduras e frutas, que podem auxiliar na ingestão de ferro e assim, modificar o seu quadro anêmico.

Alguns estudos buscaram descrever a prevalência da anemia e avaliar a associação entre o nível de Hb e os indicadores de estados nutricionais apresentados por pessoas idosas. Seus resultados apontaram que os baixos níveis de Hb em idosos são o resultado de deficiência de ferro na maioria das vezes, e igualmente, o fator desencadeante são hemorragias causadas por doenças gastrointestinais e outras doenças base (18).

Uma anemia ferropriva pode colocar questões delicadas com relação ao seu diagnóstico etiológico, apresentando os mesmos de forma diversificada em indivíduos de qualquer faixa etária, principalmente em idosos, devendo assim ser realizados exames auxiliares para que seja colocado um diagnóstico eficaz (19).

Durante a realização da busca por artigos que tratassem sobre a anemia em idosos por deficiência de ferro, foram encontrados muitos que abordam a mesma relacionando-a a fatores nutricionais, observando a mudança alimentar dos indivíduos como fator principal desencadeador de tal patologia.

Porém, em idosos, é necessário que vários exames sejam realizados, além dos exames de sangue convencionais, para que se investigue o real fator que fez com que a anemia surgisse (19).

CONCLUSÃO

A partir da pesquisa realizada foi possível verificar os fatores relacionados à anemia em idosos por deficiência de ferro. Como se sabe, nos últimos anos tem crescido o número de idosos que tem apresentado anemia por esse fator, tornando-se importante averiguar sobre tal assunto.

Foram encontrados vários artigos que abordam a anemia desencadeada em idosos por deficiência de ferro. A maioria dos pesquisadores apontam a necessidade de averiguar o fato que fez com que desencadeasse a anemia nos indivíduos, considerando-se que, em pessoas idosas, doenças gastrointestinais e sangramentos hemorrágicos, são os principais fatores.

A população idosa tem aumentado a cada dia, e tal aumento também faz com que condições de saúde relacionadas à idade aumentem, igualmente. A anemia é uma das doenças que atinge a população em idade geriátrica que mais precisa de atenção, uma vez que ela é reversível a partir de um tratamento adequado, tratamento que pode prevenir doenças que vem a surgir devido o envelhecimento.

É importante que a anemia não seja considerada uma consequência inevitável do envelhecimento, e nem seja ela, associada somente ao fator idade, uma vez que ela pode surgir devido a outras doenças bases, como por exemplo, hemorragias.

O hemograma completo é um dos principais exames a serem realizados, de rotina, que permitem observar a anemia e o seu acometimento, dessa forma torna-se essencial que este seja incluído naqueles demais exames de rotina realizados por pessoas idosas, permitindo detecção precoce da anemia e, a partir da análise

dos índices hematológicos, uma investigação apropriada e uma modificação nos hábitos e medicações, quando necessário.

No caso da anemia causada pela deficiência de ferro, considera-se, nos diversos trabalhos analisados, que a mesma é causada, principalmente, devido a sangramento no trato gastrointestinal, sendo menos frequente ingestão e absorção inadequada das quantidades necessárias de ferro.

Conforme pode-se observar o tratamento para a anemia é dado pela reposição do ferro no organismo dos indivíduos, o que pode ser realizado seja a partir de uma mudança na alimentação, ou até mesmo por meio de medicamentos, como o ácido fólico, evitando a repercussão da doença base.

Porém, considera-se importante investigar e identificar a causa da anemia e sua incidência para que o tratamento seja iniciado da forma correta, prevenindo o agrave da doença e diminuindo assim a sua progressão, melhorando o prognóstico e a qualidade de vida dos pacientes que a possuem.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1 Milagres CS et al. Prevalência e fatores associados à presença de anemia em idosos do município de Viçosa (MG) Brasil. Revista de Ciência e Saúde Coletiva, v.20, n.12, 2015.

2 Reis J, Cardoso VAM. Anemia por deficiência de ferro: a abordagem gastroenterologista. 2015. Disponível em <<https://repositorio.hff.min-saude.pt/bitstream/10400.10/1443/1/Abordagem%20na%20anemia%20por%20defici%C3%Aancia%20de%20ferro.pdf>> Acesso em 20 mai. 2019.

3 Portaria SAS/MS, nº 1247 de 10 de novembro de 2014. Anemia por deficiência de ferro. 2014. Disponível em <<http://portalarquivos.saude.gov.br/images/pdf/2014/dezembro/15/Anemia-por-Defici-ncia-de-Ferro.pdf>> Acesso em 20 mai. 2019.

4 Miranda AS, et al. Anemia ferropriva e estado nutricional de crianças com idade de 12 a 60 meses do município de Viçosa, MG. Rev. Nutr. V. 16, n.2, 2003.

5 Lopes CS, Ferreira LOC, Batista Filho M. Uso diário e semanal de sulfato ferroso no tratamento de anemia em mulheres no período reprodutivo. Cadernos de Saúde Pública, Rio de Janeiro, v.15, n.4, 1999.

6 Gualandro SFM; Hojaj, NHSL; Jacob Filho, W. Deficiência de ferro no idoso. Revista Brasileira de Hematologia e Hemoterapia, v.32, supl. 2, São Paulo, 2010.

7 Sousa NDS et al. Prevalência de anemia e correlação a concentração de hemoglobina com fatores cognitivos em idosos. Revista Ciências e Saúde Coletiva, v.23, n.3, março de 2018.

8 OMS. Anemia por deficiência de ferro – prevenção e controle, um guia para programas de manuseio, OMS: NHD, 2001

9 Nekel, JC. Anemia carencial em idosos por deficiência de ferro, ácido fólico e vitamina B12. Trabalho de Conclusão de Curso (especialista em hematologia laboratorial) Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul, Ijuí, 2013.

10 Corona LP. Anemia e envelhecimento: panorama populacional e associação com desfechos adversos em saúde – Estudo SABE. Tese (Doutorado em Ciências) Universidade de São Paulo, São Paulo, 2014.

11 Braunstein EM. Anemia por deficiência de ferro. 2017. Disponível em <<https://www.msmanuals.com/pt-br/casa/dist%C3%BArbios-do-sangue/anemia/anemia-por-defici%C3%Aancia-de-ferro>> Acesso em 16 mai. 2019.

12 Patel KV, Guralnik JM. Prognostic implications of anemia in older adults. Revista Haematologica, 2009.

13 Buffon PD e al. Prevalência e caracterização da anemia em idosos atendidos pela Estratégia de saúde da Família. Rev. Bras. geriatr. gerontol., 2015.

14 Cliquet MG. Anemia in the elderly: an important clinical problem. Revista brasileira de hematologia e hemoterapia, v.35, n.2, 2013.

15 Signaolin V et al. Haematological parameters and prevalence of anemia among free-living elderly in south Brazil. Revista brasileira de hematologia e hemoterapia, v.35, n.2, 2013.

16 Macedo VF et al. Prevalência de anemia em idosos em instituição de longa permanência em Brasília, DF. 2011. Disponível em <<http://www.ggaging.com/details/224/pt-BR/prevalence-of-anemia-in-nursing-home-for-the-aged-in-brasilia-df>> Acesso em 14 mai. 2019.

17 Santos TF; Delani, TCO. Impacto da deficiência nutricional na saúde de idosos. Revista UNINGÁ, v.21, n.1, 2015.

18 Silva CLA et al. Nível de hemoglobina entre idosos e sua associação com indicadores do estado nutricional e uso de serviços de saúde – Projeto Bambuí. Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, v.28, n.11, 2012.

19 Martins S et al. Anemia ferropriva refratária à terapêutica com ferro oral – que etiologias? Revista Nascer e Crescer, v.21, n.2, Porto, 2012.