

Valores normativos de massa muscular em indivíduos residentes na comunidade

Centro Universitário La Salle-Unilasalle

Thamyres Ferreira ¹; Lidiane Isabel Filippin²

¹Acadêmica do Curso de Graduação em Fisioterapia da Unilasalle. Bolsista PROBIC FAPERGS.
E-mail: thamyresferreira@gmail.com

²Docente do PPG Saúde e Desenvolvimento Humano e Curso de Graduação em Fisioterapia da Unilasalle.
E-mail: lidiane.filippin@unilasalle.edu.br

Introdução: A população de idosos vem aumentando significativamente nas últimas décadas. Este processo vem sendo acompanhado por reduções significativas da massa muscular.

Objetivo: Apresentar valores normativos, expressos em médias e percentis, de MMT e IMMT de adulto e idoso estratificado pelo sexo.

Métodos: Estudo de caráter transversal de base populacional. A população estudada foi composta por residentes da cidade de Nova Santa Rita (n=734). Foram incluídos indivíduos com idade de 40 – 80 anos, de ambos os sexos. Foram avaliadas as seguintes variáveis: situação sociodemográfica e situação funcional. Todos os participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

Resultados: Foi observado que mulheres adultas (40 – 49 anos) apresentaram massa muscular total (MMT) média de 22,7±3,9 e os homens 33,0±5,2. Com o avanço da idade (70 – 79 anos) houve redução da MMT em 78% e 80% respectivamente. O índice de massa muscular total (IMMT) foi de 8,9±1,3 em mulheres e 11,0±1,0 em homens. Os indivíduos idosos (70 – 79 anos) apresentaram redução do IMMT em 85% e 88%, respectivamente. Esse estudo apontou ponto de corte para IMMT (<percentil 20) para homens de 8,96kg/m² e 6,98kg/m² em mulheres.

Tabela 1 – Descritivos da MMT e IMMT em homens com idade de 40 – 80 anos.

Variáveis	X	DP	IC 95%	Percentil – Homens		
				25	50	75
MMT (kg)						
40 a 49 anos	33,0	5,2	31,52 – 34,57	30,73	32,18	33,71
50 a 59 anos	32,0	4,9	30,85 – 33,44	29,24	31,31	32,92
60 a 69 anos	30,1	5,0	29,11 – 31,30	27,22	29,59	31,59
70 a 79 anos	27,4	3,7	26,29 – 28,59	24,64	27,68	29,66
IMMT (kg/m²)						
40 a 49 anos	11,0	1,0	10,78 – 11,35	10,54	10,90	11,34
50 a 59 anos	10,9	1,5	10,63 – 11,37	10,17	10,66	11,14
60 a 69 anos	10,4	1,7	10,03 – 10,80	9,75	10,40	10,98
70 a 79 anos	9,7	1,1	9,39 – 10,05	8,96	9,58	10,42

Notas: X: média; DP: desvio padrão; IC: intervalo de confiança; MMT: massa muscular total; IMMT: índice de massa muscular total.

Tabela 2 – Descritivos da MMT e IMMT em mulheres com idade de 40 – 80 anos.

Variáveis	X	DP	IC 95%	Percentil – Mulheres		
				25	50	75
MMT (kg)						
40 a 49 anos	22,7	3,9	22,06 – 23,39	20,15	22,88	25,22
50 a 59 anos	21,7	4,0	21,15 – 22,48	18,86	21,04	23,98
60 a 69 anos	20,5	4,3	19,73 – 21,30	17,53	20,09	22,41
70 a 79 anos	18,1	3,8	17,25 – 19,06	15,75	17,27	20,04
IMMT (kg/m²)						
40 a 49 anos	8,9	1,3	8,71 – 9,19	7,93	8,86	9,83
50 a 59 anos	8,7	1,7	8,52 – 9,06	7,82	8,59	9,62
60 a 69 anos	8,4	1,6	8,12 – 8,72	7,46	8,20	9,41
70 a 79 anos	7,6	1,4	7,31 – 7,95	6,98	7,40	8,50

Notas: X: média; DP: desvio padrão; IC: intervalo de confiança; MMT: massa muscular total; IMMT: índice de massa muscular total.

Conclusões: Indivíduos com valores abaixo do percentil 20 podem ser considerado com baixa massa muscular, uma variável importante para o rastreamento de sarcopenia.

Palavras chaves: sarcopenia; estudo transversal, antropometria.

Fomento:



JANSSEN, I., Baumgartner, R. N., Ross, R., Rosenberg, I. H., & Roubenoff, R. Skeletal muscle cutpoints associated with elevated physical disability risk in older men and women. *Am J Epidemiol* 2004, 159: 413-421.
GOBBO, Luís Alberto et al. Massa muscular de idosos do município de São Paulo-Estudo SABE: Saúde, Bem-estar e Envelhecimento. *Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano*, v. 14, n. 1, p. 1-10, 2012.