

FONSECA; Stéphane Raquel Almeida Velande ¹, SILVA; Amanda Carolina Conteçotto da ², OLIVEIRA; Leonardo Pestillo de ³

RESUMO

Introdução: A dor crônica é frequentemente relatada por idosos com comorbidades e polifarmacoterapias, principalmente em virtude das alterações do processo de senescência, aliado ao fato de em geral apresentarem uma concentração significativamente menor de 25(OH)D, caracterizando hipovitaminose D. Vale ressaltar, que a vitamina D é associada a homeostase do cálcio e fósforo, mas há evidências de melhora em processos inflamatórios, imunes e oxidativos, e portanto sua suplementação pode ser benéfica, no que se diz respeito a dores crônicas e musculoesqueléticas. **Objetivo:** Análise da relação entre a vitamina D e a dor crônica e musculoesquelética em idosos. **Metodologia:** O estudo caracteriza-se em revisão de literatura, de abordagem quantitativa, com coleta de dados primários e amostra não probabilística. Foram utilizadas base de dados teóricos científicos como *Scielo*, *Google Acadêmico* e *PubMed*. Foram usados como *Mesh terms* as palavras idosos, dores crônicas, dores musculoesqueléticas e vitamina D. Em relação à composição do trabalho foram utilizados artigos científicos dos últimos cinco anos sobre a temática. Para realizar este estudo as informações não pertinentes com o tema foram excluídas, bem como artigos com conflitos de interesses e com informações desatualizadas. Ademais, não foram consideradas monografias de caráter de mestrado e doutorado. **Resultados e discussão:** A dor está relacionada a experiências sensoriais e emocionais desagradáveis associadas danos teciduais reais ou potenciais. Nesta senda, a dor crônica generalizada, exibe uma prevalência de 8 a 60% dependendo da população estudada. Salienta-se, que na população idosa, a baixa concentração plasmática de vitamina D está relacionada com a baixa densidade mineral óssea, implicando em outras patologias como osteopenia, osteoporose, osteomalácia, sarcopenia mialgia, bem como, está conexas ao aumento do risco de fraturas, incapacidade física e baixa qualidade de vida. Níveis suficientes de vitamina D são fundamentais para a absorção de outras vitaminas e minerais, como é o caso do cálcio, que atua na promoção da boa saúde óssea e muscular. A vitamina D também atua na redução da inflamação, modula o crescimento celular e influencia os sistemas imunológico e neuromuscular. A deficiência de vitamina D, pode estar relacionada com maior intensidade de dor e menores escores de qualidade de vida em pacientes com dor crônica. Dessa forma, a suplementação de vitamina D em indivíduos idosos com dor crônica, pode ocasionar diminuição da intensidade da dor e melhora da capacidade funcional, além da normalização dos níveis. A suplementação de vitamina D, parece apresentar resultados mais satisfatórios em relação a dor crônica, em indivíduos que apresentam deficiência prévia, podendo ser associada a uma melhoria pequena, mas estatisticamente significativa, nos escores de saúde mental. **Conclusão:** Conclui-se que a hipovitaminose D é presença constante em indivíduos idosos e a suplementação da Vitamina D, diminui a intensidade da dor, implicando em melhoria da saúde e qualidade de

¹ Unicesumar, stehmestrado@gmail.com

² Unicv, actcontecotto@gmail.com

³ Unicesumar, leopestillo@gmail.com

vida. Assim, é importante que a avaliação do déficit de vitamina D seja mais comumente verificada nas consultas geriátricas, para sua correta adequação, já que, sua deficiência pode ser oriunda de síndromes dolorosas como artrite reumatoide, dor muscular, fibromialgia entre outras.

PALAVRAS-CHAVE: Hipovitaminose d, envelhecimento, qualidade de vida, saúde, dor

¹ Unicesumar, stehmestrado@gmail.com

² Unicv, actcontecotto@gmail.com

³ Unicesumar, leopestillo@gmail.com