**FATORES PREDISPONENTES DA DINAPENIA NO PROCESSO DE ENVELHECIMENTO: UMA REVISÃO NARRATIVA**

Gabryela Rodrigues Gonçalves, Autor Samara ¹

Giovanna Rodrigues Gonçalves, Coautor Sarah 2

Canevese Weirich, Coautor Laís3

Figueiredo da Silva, Coautor Yasmin4

Ferreira Freire, Coautor Moises5

Hipólito Freire, Coautor Millena6

**INTRODUÇÃO:** O processo de envelhecimento é marcado por um conjunto de modificações morfofisiológicas e bioquímicas, responsável pela alteração do estado homeostático do organismo humano. Dentre elas a redução da força e da potência mecânica muscular, termo conhecido como dinapenia. Nessa perspectiva, é mister compreender essa relação para otimização das oportunidades de saúde visando a promoção do envelhecimento ativo. **OBJETIVO:** Compreender a relação da perda da força muscular com o processo de envelhecimento, tal qual seus fatores predisponentes. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, na qual foram utilizadas as bases de dados do Scielo e PubMed conforme os seguintes critérios de inclusão: (1) língua inglesa e portuguesa, (2) intervalo de tempo de 2019 a 2023 e (3) relevância do artigo, usando as seguintes palavras chaves: Idoso, Força muscular, Fator preditor. Os critérios de seleção utilizados foram pesquisas relacionadas ao tema e como critérios de eliminação: artigos que não correlacionavam com o objetivo do estudo, bem como relatos de caso, resultando em cinco artigos selecionados. **RESULTADOS:** De acordo com os dados coletados, a dinapenia é a condição mais prevalente na faixa etária acima dos 60 anos, e, também, um fator preditor para diagnosticar tanto incapacidade física quanto mortalidade. Diante disso, dois estudos analisados constataram a dissociação do declínio da massa muscular com o declínio da força muscular, porquanto, verificou-se que a manutenção ou o ganho de massa não previne a perda da força decorrente da idade. Nesse contexto, as pesquisas sugerem que os mecanismos responsáveis pela diminuição da força do sistema musculoesquelético podem ser atribuídos a uma combinação de fatores neurológicos e musculares. Outrossim, observou-se que a redução da excitabilidade do neurônio motor alfa ou do impulso excitatório para os neurônios motores inferiores prejudica a capacidade do sistema nervoso na ativação voluntária do musculo esquelético, acarretando o quadro de dinapenia. Ainda, constatou-se que em idosos que apresentam circunferência de panturrilha (3 cm) e IMC (3,0 kg/m²) a taxa de incidência é muito maior. Outros fatores anatômicos que contribuem para o cenário clínico são: gordura inter e intramuscular, além de falha no processo de liberação do cálcio. Vale ressaltar, que a baixa escolaridade e a desnutrição constituem dois fatores ambientais que se repetem com alta frequência em indivíduos com dinapenia. **CONCLUSÃO:** Constata-se, portanto, que o processo de envelhecimento, somado à fatores neurológicos, anatômicos e ambientais, acarretam a interferência da homeostase e, consequentemente, a dinapenia. Ademais, estudos mais abrangentes centrados nas particularidades fisiológicas do idoso são necessários para melhor inteirar a temática proposta e compreendê-la.

**Palavras-Chave:** Idoso; Força muscular; Fator preditor.

**E-mail do autor principal:** samaragabryela2@gmail.com

**REFERÊNCIAS:**

ALEXANDRE, T. D. S. et al. Prevalence and associated factors of sarcopenia, dynapenia, and sarcodynapenia in community-dwelling elderly in São Paulo - SABE Study**. Rev Bras Epidemiol**, vol. 4, n. 21, p. 180009, 2019. Acessado em 14 de março de 2023. Disponível em: < https://doi.org/10.1590/1980-549720180009.supl.2. >.

MANCINI, R. B. et al. Prevalence and factors associated with dynapenia in institutionalized elderly. A cross-sectional study. **Diagn Tratamento**, vol. 24, n. 3, p. 111-8, 2019. Acessado em 14 de março de 2023. Disponível em: < https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1026700 >.

SOARES, A. V. et al. Relation between functional mobility and dynapenia in institutionalized frail elderly. **Einstein (São Paulo)**, vol. 15, n. 3, p. 278-82. Jul-Sep 2017. Acessado em 14 de março de 2023. Disponível em: < https://doi.org/10.1590/S1679-45082017AO3932 >.

COSTA, R. R. et al. Adaptações do músculo esquelético ao envelhecimento e ao treinamento: uma revisão narrativa sobre a sarcopenia e a dinapenia. **Estudos Interdisciplinares Sobre O Envelhecimento**, vol. 25, n. 2, 2020. Acessado em 14 de março de 2023. Disponível em: < https://doi.org/10.22456/2316-2171.76610 >.

DA SILVA REIS, A. S. L. et al. Envelhecimento, Imunossenescência e Exercício Físico: uma revisão narrativa. Ciências Biológicas e da Saúde, vol. 1, n. 11, p. 155-169, 2020. Acessado em 14 de março de 2023. Disponível em: < https://doi.org/10.37885/220809876 >

¹Medicina, Universidade de Rio Verde, Goianésia-Goiás, Samaragabryela2@gmail.com.

²Medicina, Universidade de Rio Verde, Goianésia-Goiás, Sarahgiovannar@gmail.com.

3Medicina, Centro Universitário da Fundação Assis Gurgacz, Cascavel-Paraná, laisweirich@hotmail.com.

4Enfermagem, Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa-Paraíba, yaahfigueiredo2@gmail.com.

5Medicina, Centro Universitário Maurício de Nassau, Cacoal-Rondônia, moisesferreira2021@hotmail.com.

6Enfermagem, Centro Universitário Maurício de Nassau, Fortaleza-Ceará, millenahipolito@gmail.com.