

SARCOPENIA SEGUNDO O CONSENSO GLOBAL (GLIS)¹

**Como a definição conceitual atual
contribui para compreender a sarcopenia
na prática clínica**

1. Por que um consenso global?

Nas últimas décadas, diferentes grupos publicaram definições de sarcopenia utilizando componentes e critérios distintos, dificultando a comparação entre estudos, a padronização da prática clínica e o desenvolvimento de estratégias terapêuticas.

O *Global Leadership Initiative in Sarcopenia (GLIS)* reuniu especialistas de diversas sociedades internacionais para estabelecer uma definição conceitual comum da doença, servindo como base para futuras definições operacionais e pesquisas clínicas.



Consenso
internacional



Delphi com
especialistas
de 29 países



Base para
prática clínica
e pesquisa

2. Como o GLIS define a sarcopenia?

A sarcopenia é definida como uma doença generalizada do músculo esquelético, cuja prevalência aumenta progressivamente com o envelhecimento, mas que também pode ocorrer em diferentes condições clínicas associadas à perda de massa e força muscular. Trata-se de uma condição potencialmente reversível quando reconhecida e manejada precocemente.

De acordo com o consenso GLIS, essa definição deve ser aplicável independentemente do cenário assistencial (ambulatorial, hospitalar ou reabilitação) e da condição clínica de base do paciente.

Aspectos gerais da sarcopenia



Doença do músculo esquelético

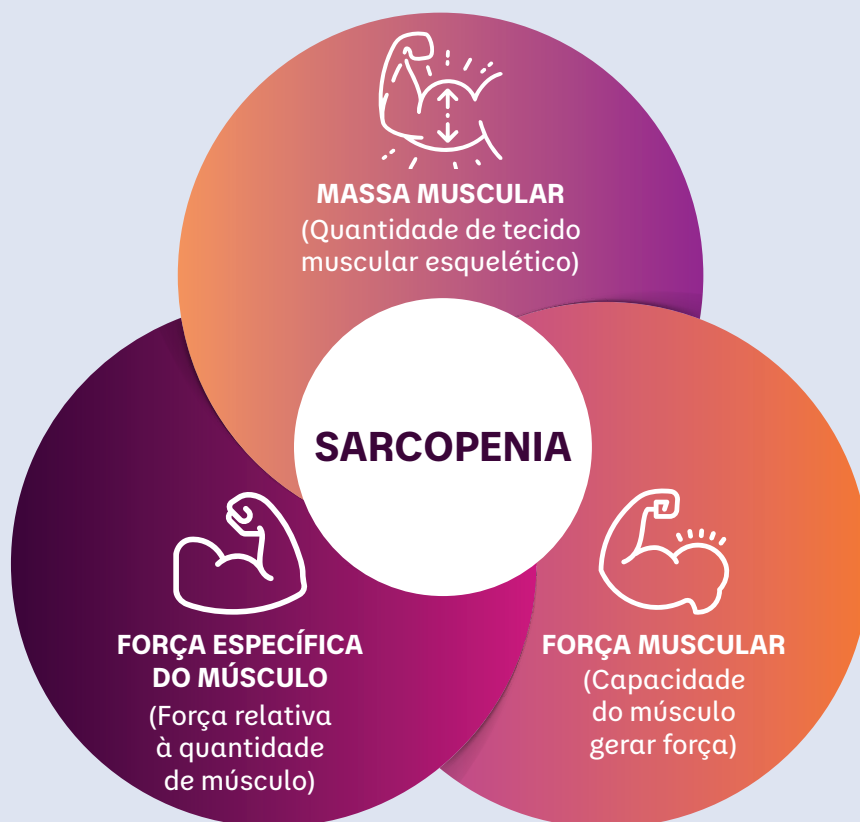


Aumenta com a idade



Potencialmente reversível

- A definição não depende da idade, do contexto de cuidados ou da condição clínica
- É a mesma para a prática clínica e para a pesquisa



O consenso reconhece que esses três componentes representam os elementos centrais da definição conceitual da sarcopenia, refletindo tanto a quantidade quanto a capacidade funcional do músculo esquelético.

3. O que muda na interpretação clínica?

Um dos principais consensos estabelecidos pelo GLIS foi considerar o desempenho físico como um desfecho clínico da sarcopenia, e não como um componente essencial de sua definição conceitual.

Essa distinção ajuda a compreender melhor a progressão da doença e seus impactos funcionais.

COMPONENTES DA DOENÇA

- ✓ Massa muscular
- ✓ Força muscular
- ✓ Força específica do músculo



DESFECHO CLÍNICO

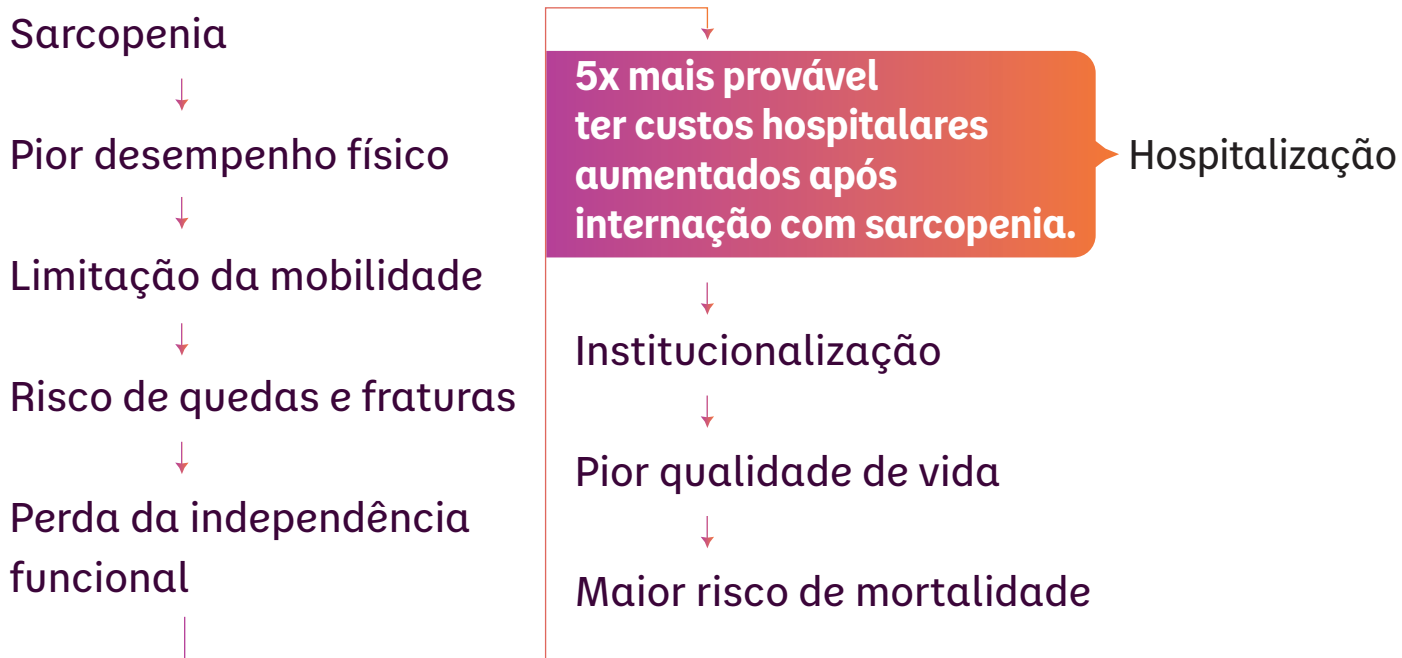


Desempenho físico

Representa uma consequência clínica importante da doença.

4. Quais são os principais desfechos associados?

Os especialistas alcançaram elevado consenso quanto à associação da sarcopenia com múltiplos desfechos clínicos adversos, reforçando seu impacto sobre funcionalidade, utilização dos serviços de saúde e prognóstico do idoso.



5. Implicações para a prática clínica

Embora o GLIS apresente uma definição conceitual, suas recomendações reforçam a necessidade de reconhecer precocemente a doença e direcionar intervenções capazes de preservar a função muscular ao longo do envelhecimento.

Principais pilares



Identificação precoce de indivíduos em risco



Avaliação da massa e da força muscular



Exercício resistido como estratégia central



Adequação da ingestão proteica



Oferta de proteína de alta qualidade e leucina



Correção da deficiência de vitamina D quando indicada



Acompanhamento longitudinal da função muscular e da capacidade funcional

Mensagem-chave

A definição conceitual proposta pelo GLIS consolida uma visão global da sarcopenia como uma doença muscular generalizada, baseada em seus componentes estruturais e funcionais, enquanto reconhece o comprometimento do desempenho físico como uma consequência clínica da doença. Essa abordagem contribui para uma compreensão mais uniforme da sarcopenia entre pesquisadores e profissionais de saúde para proporcionar ainda mais avanços para apoiar na sua prevenção e tratamento.



- ✓ 18g de proteína por porção
- ✓ Proteína láctea de alto valor biológico, com elevado teor de aminoácidos essenciais e naturalmente rica em leucina^{2,3}
- ✓ Alto teor de vitamina D – atende 100% das recomendações diárias



Em uma única porção, em um único produto

Material técnico-científico destinado exclusivamente a profissionais de saúde. Proibida a reprodução total e/ou parcial. Imagens ilustrativas. **NUTRIDRINK NÃO CONTÉM GLÚTEN.** Agosto/2026.

Referências: 1. Kirk B, Cawthon PM, Arai H, Ávila-Funes JA, Barazzoni R, Bhasin S et al.; Global Leadership Initiative in Sarcopenia (GLIS) group. The Conceptual Definition of Sarcopenia: Delphi Consensus from the Global Leadership Initiative in Sarcopenia (GLIS). Age Ageing. 2024;53(3):afae052. 2. FAO. Dietary protein quality evaluation in human nutrition. Report of an FAO Expert Consultation. Rome: Food and Agriculture Organization of the United Nations; 2013. 3. Tang JE, Phillips SM. Maximizing muscle protein anabolism: the role of protein quality. Curr Opin Clin Nutr Metab Care. 2009;12(1):66-71.