

TESTES DE MOBILIDADE FUNCIONAL SENSÍVEIS PARA DETECTAR O RISCO DE QUEDA EM IDOSOS ATIVOS E NÃO ATIVOS

Orientadora: VIEIRA, Mariluce P.

Pesquisadora: TALGATTI, Ilezam K. S.

Curso: Educação Física

Área do conhecimento: Área das Ciências da Vida

A capacidade individual de decisão, de realizar algo com os próprios meios e a independência, representam ao indivíduo autonomia e conseqüente bem-estar e, quando se pensa na terceira idade, esses são os fatores que limitam em muito o cotidiano de um idoso. A busca pela melhor compreensão desses fatores limitantes impulsionou a busca de melhor entendimento e compreensão dos fatores associados às diversas disfunções fisiológicas e da aptidão física, entre eles, o equilíbrio. Teve-se como objetivo, com este estudo, identificar os testes de mobilidade funcional sensíveis para detectar o risco de queda em idosos ativos e não ativos. A amostra foi composta por 60 idosos matriculados e frequentando a Universidade da Melhor Idade de Chapecó (UMIC); 40 idosos que frequentam a cidade do idoso, projeto da SEASC do Município de Chapecó, SC; e 20 idosos que não estão vinculados a nenhum programa ou projeto para a terceira idade. Primeiramente, os idosos deveriam preencher o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Após, eles deveriam responder a um questionário a respeito das queixas de sinais e sintomas patológicos, cirurgias prévias realizadas, doenças do sistema músculo-esquelético, como também cardiovascular e neurológico, e histórico de queda. Nessa fase, também foram aplicados os questionários de Escala Internacional de Eficácia de Quedas (FES) e Questionário Internacional de Nível de Atividade Física (IPAQ). No terceiro momento, foram direcionados para participarem da bateria de testes de mobilidade funcionais, os quais executariam 12 testes já existentes para averiguar o equilíbrio corporal, com a finalidade de verificar a complexidade e/ou dificuldade das tarefas motoras dos testes de equilíbrio funcional em análise. Os testes estariam dispostos em forma de circuito em um ginásio poliesportivo; em cada teste teria um avaliador. Por fim, os dados coletados foram analisados por meio da análise descritiva (frequências relativas e absolutas, média, desvio padrão). Foi utilizado para a análise o programa estatístico SPSS (Statistics Software versão 20.0) para todos os procedimentos, com nível de significância de 5% ($p < 0.05$).

Palavras-chave: Equilíbrio. Idosos. Testes.

mariluce.vieira@unoesc.edu.br