

Centro Universitário La Salle – Unilasalle
Janaína Silveira ¹; Lidiane Filippin ².

¹ Acadêmica do Curso de Graduação de Fisioterapia da Unilasalle
Email: janainasilveira@ymail.com

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

Introdução: A expectativa de vida tem aumentado consideravelmente nas últimas décadas, acarretando em um rápido e expressivo envelhecimento da população. Com isso, surge uma nova preocupação no contexto de saúde, o idoso frágil. A síndrome da fragilidade é decorrente da interação de fatores biológicos, psicológicos, cognitivos e sociais que predisõem o indivíduo a uma condição instável relacionada ao declínio funcional.

Objetivo: Mensurar as variáveis do aptidão física em indivíduos frágeis vivendo em comunidade.

Metodologia: Estudo de caráter transversal, de base domiciliar, com 322 idosos (60 a 79 anos), de ambos os sexos vivendo em comunidade, no município de Nova Santa Rita - RS. A escala de Fragilidade de Edmonton foi utilizada como modelo para avaliar a fragilidade e, a aptidão física foi avaliada através dos testes sentar e levanta por 30 segundos, velocidade da marcha, força de prensão manual (FPM) e teste TUG. Todos os participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Para análise estatística foi utilizada a regressão de Poisson para estudar as variáveis associadas e medidas descritivas de tendência central e dispersão.

Considerações finais: A partir dos resultados obtidos foi possível observar a relação do declínio das variáveis de aptidão física quando associado a Síndrome da Fragilidade, uma vez que a mesma é uma Síndrome multifatorial. Então, nota-se a importância em desenvolver estudos de caráter preventivo, afim de criar programas para minimizar o impacto causado pela Fragilidade na aptidão física.

Descritores: Envelhecimento, idoso frágil, atividade física.

Resultados: A avaliação das variáveis da aptidão física indicou diminuição de 39% na FPM, 54% na força de membros inferiores e aumento de 26% na velocidade da marcha e 35% no tempo de execução do teste TUG nos indivíduos frágeis quando comparados robustos. Além dessas variações de percentuais elevados, foi encontrado um aumento de mais de 100% na presença de comorbidades em indivíduos frágeis quando comparados a indivíduos não frágeis.

Tabela de variações sociodemográficas e de desempenho físico estratificada quanto ao grau de fragilidade.

Variáveis sociodemográficas	Robusto (X±DP)	Pré-frágil (X±DP)	Frágil (X±DP)
Total			
Idade	55,28±9,71	58,22±9,44	62,92±10,20 [¥]
Anos de estudo	7,33±4,15	5,60±2,93	6,17±3,17
Comorbidades	2,82±1,72	4,27±1,99 [*]	5,85±1,71 [*]
Variáveis de aptidão físico			
FPM	30,67±11,39	23,39±7,99 [*]	18,75±8,21 [*]
Força de MMII	12,09±2,99	10,02±3,21 [*]	9,10±2,58 [*]
TUG	7,43±1,72	9,00±3,18 [*]	10,00±2,58 [*]
Velocidade da marcha	0,42±0,09	0,36±0,09 [*]	0,31±0,07 [*]
Índice de QV	0,84±0,08	0,84±0,09	0,84±0,09

ANOVA oneway, post-hoc Tukey, p<0,05

^{*} pré-frágil e frágil vs robusto

^{*} frágil vs pré-frágil