



SALÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA
XXVIII SIC

paz no plural



Evento	Salão UFRGS 2016: SIC - XXVIII SALÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA UFRGS
Ano	2016
Local	Campus do Vale - UFRGS
Título	Fragilidade impacta negativamente na aptidão física de idosos
Autor	JANAÍNA SILVEIRA
Orientador	LIDIANE ISABEL FILIPPIN

Fragilidade impacta negativamente na aptidão física de idosos.

Autora: Janaína Silveira

Orientadora: Lidiane Isabel Filippin

Instituição: Centro Universitário La Salle - Canoas/RS

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 predis põem o indivíduo a uma condição instável relacionada ao declínio funcional. **Objetivo:** Mensurar as variáveis da aptidão física em indivíduos frágeis vivendo em comunidade. **Métodos:** 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 preensão 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. **Resultados:** foi observada uma prevalência de 23% de indivíduos pré-frágeis e 19,6% de frágeis. A avaliação das variáveis de 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. **Conclusões:** indivíduos frágeis apresentam pior aptidão física sugerindo um *feedback* positivo entre o nível de fragilidade e a performance física.

Palavras chaves: Aptidão física, Envelhecimento, Idoso fragilizado.