

Diferentes são os fatores capazes de fazer com que os indivíduos manifestem alterações motoras inerentes ao envelhecimento humano. Visando conhecê-los e alcançar a saúde sistêmica desse grupo etário com mais facilidade e eficácia, o objetivo desse estudo foi avaliar os níveis de aptidão motora geral e atividade física de idosos estratificados por gênero e idade. A amostra não probabilística, por conveniência, foi formada por 131 indivíduos (37 homens e 94 mulheres) de 60 a 95 anos, residentes em Ivoti, RS, Brasil. O estudo descritivo testou o nível de aptidão motora geral dos participantes utilizando a Escala Motora para Terceira Idade (EMTI), de Rosa Neto (2002). Segundo ela, 27 indivíduos (\bar{X} =55,22) apresentam aptidão motora geral Muito Inferior, 17(\bar{X} =75,47) Inferior, 28(\bar{X} =84,68) Normal Baixa, 46(\bar{X} =97,80) Normal Média, 9(\bar{X} =113,22) Normal Alta e 4(\bar{X} =125,75) Superior. O nível de atividade física, verificado em METS pelo IPAQ - versão curta, apontou 106 sujeitos Insuficientemente Ativos (\bar{X} =1414,40), 11(\bar{X} =1801,41) Suficientemente Ativos e 14(\bar{X} =3954,81) Muito Ativos. Os dados foram submetidos à ANOVA ($p \leq 0,05$), não se observando diferença significativa entre níveis de atividade física e idade. Entre níveis de atividade física e gênero ou aptidão motora geral, utilizou-se o Qui-quadrado ($p \leq 0,05$) não havendo, também, significância. O mesmo ocorreu entre aptidão motora geral e gênero. Todavia observou-se, através da ANOVA, significância entre aptidão motora geral e idade ($p=0,00$). Segundo o teste de Tukey, houve diferença entre os níveis Muito Inferior e Normal Médio ($p=0,00$), Muito Inferior e Normal Alto ($p=0,00$), Muito Inferior e Superior ($p=0,02$), Inferior e Normal Alto ($p=0,00$) e Inferior e Superior ($p=0,04$). Percebeu-se, na amostra, níveis baixos de aptidão motora geral e atividade física e que não há relação significativa entre essas variáveis.