

## **AVALIAÇÃO DA CAPACIDADE FUNCIONAL E RISCO DE QUEDAS RELACIONADAS À HIPOTENSÃO ORTOSTÁTICA EM IDOSOS PARTICIPANTES DO PROJETO UNIVERSIDADE ABERTA PARA TERCEIRA IDADE**

**Andressa Alves da Silva<sup>1</sup>**  
**Graciely Cristina Ferrari<sup>1</sup>**  
**Larisse Costa Crispim<sup>1</sup>**  
**Ilana de Freitas Pinheiro<sup>2</sup>**  
**Viviane Lemos Silva Fernandes<sup>2</sup>**  
**Kelly Cristina Borges Tacon<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Acadêmicos do 8º período do curso de Fisioterapia da UniEVANGÉLICA  
<sup>2</sup>Professor do curso de Fisioterapia da UniEVANGÉLICA  
Trabalho do PIBIC-CNPq 2017-18

No Brasil, a previsão é de que, em 2020, existirão 30,8 milhões de idosos, ou seja, 14,2% de todos os brasileiros, este crescimento exponencial traz consigo problemas que precisam ser melhor investigados<sup>1</sup>. As quedas são múltiplas e podem ser agrupadas em fatores intrínsecos e extrínsecos. Entre os primeiros, encontram-se as alterações fisiológicas pelas quais o idoso passa condições patológicas e efeitos adversos de medicações; ou uso concomitante de medicamentos. Entre os fatores extrínsecos, destacam-se os perigos ambientais e calçados inadequados<sup>2,3</sup>.

Quedas representam problema de saúde pública cujo impacto não tem tido a repercussão pela população acadêmica menos ainda no âmbito de políticas de saúde, sendo tratada como um desdobramento inevitável do envelhecimento. As consequências e os custos envolvidos com as quedas em idosos são relevantes tanto para o indivíduo, em termos dos traumas físicos e psicológicos, da perda de independência, quanto para os serviços de saúde, em termos de utilização de recursos e ocupação de leitos hospitalares. O medo de cair novamente pode ser a complicação mais incapacitante de uma queda, gerando uma diminuição da mobilidade e aumentando o desuso, e seu custo social é imenso e se torna maior quando o idoso tem diminuição da autonomia<sup>4,5</sup>. A longevidade da população brasileira exige planejamento de políticas públicas cabíveis a esse grupo, principalmente na atenção básica, o que representa novos desafios ao governo geral. Baseado neste contexto o objetivo do presente estudo foi avaliar a capacidade funcional e risco de quedas relacionadas a hipotensão ortostática em idosos participantes do Projeto Universidade Aberta para Terceira Idade- UniATI.

Trata-se de um estudo transversal descritivo, quantitativo, realizado com idosos participantes do Projeto Universidade Aberta para Terceira Idade- UniATI na cidade de Anápolis-GO. Foi utilizada amostra de conveniência com seleção consecutiva, incluídos na pesquisa idosos de ambos os

sexos, matriculados em qualquer uma das oficinas e das modalidades esportivas ofertadas no período de agosto a dezembro de 2017 e excluídos idosos não matriculados regularmente na UniATI, que obtiveram nota inferior a 18 pontos no Mini Exame do Estado Mental (MEEM) e que possuíam qualquer tipo de dispositivo auxiliar de marcha que impedissem a execução dos testes realizados. O presente estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos do Centro Universitário de Anápolis- UniEvangélica nº1.675.914/2016.

A coleta de dados sociodemográficos foi realizada através de um roteiro semiestruturado contendo (sexo, idade, altura, peso para cálculo de Índice de Massa Corporal (IMC), prática de atividade física, uso de medicamentos, doenças cardiovasculares associadas, história familiar de doenças cardiovasculares) após a aplicação do roteiro foi aplicado o MEEM, em seguida foi realizada aferição das pressões arteriais sistólicas e diastólicas iniciais para a execução do teste de caminhada de 6 minutos e o teste Timed Up and Go (TUG) e TUG com dupla tarefa cognitiva. Os dados foram tabulados em planilha excel, analisados descritivamente e expressos em média, desvio padrão e percentagens. Para análise das interváveis foi utilizado o software *Statistical Software Package Social Science*, versão 2.0, considerou-se  $p < 0,05$ .

A amostra foi composta por 47 idosos, com média de idade de  $70,11 \pm 6,23$  anos, sendo 39 (83%) do sexo feminino colaborando com inúmeros estudos onde a grande parte dos participantes eram mulheres<sup>6 7</sup>. Dos idosos avaliados 37 (79%) fazem uso de medicações, 26 (55%) possuem história de doenças cardiovasculares na família, 45 (96%) praticam atividade física duas vezes na semana na UniATI em diversas modalidades, sendo que o Índice de Massa corpórea (IMC) encontrado em 26 (55%) caracteriza sobrepeso episódio que implica diretamente na capacidade funcional e na qualidade de vida dos idosos<sup>8</sup>. No que concerne a Pressão Arterial 33 (70%) classifica-se como normotenso, 8 (17%) limítrofe, 6 (13%) estágio 1, apesar de boa parte dos participantes serem avaliados como normotensos a grande maioria 38 (83%) apresenta hipertensão arterial sistêmica corroborando com as análises de Nogueira et al (2014)<sup>9</sup> o qual elenca ser um dado considerável e alarmante se fazendo necessário um acompanhamento contínuo com esses indivíduos. Os resultados do Teste de caminhada de 6 minutos revelaram que 30(64%) percorreram uma distância acima da distância predita e 17(36%) não percorreram a distância predita. Corroborando este resultado Ribeiro et al, 2017<sup>10</sup> em seu estudo com 45 mulheres determinou uma divisão em 3 grupos: hipertensas, hipertensas e diabéticas e mulheres saudáveis cujo o critério era que todas praticassem atividade física pelo período regular de um ano, observou-se que o teste foi bem tolerado e apresentou resultado semelhante no alcance da distância predita, compreendendo a

importância da prática de atividade física para melhora da capacidade funcional destes indivíduos. Ao realizarem o teste de equilíbrio dinâmico TUG e TUG com dupla tarefa cognitiva constatou-se que 44(94%) e 36(77%) respectivamente não possuem risco de quedas. Isso pressupõe que estes indivíduos possuem melhor capacidade na prática de atividades de vida diária e mobilidade<sup>9</sup>. A pressão arterial não apresentou associação significativa com as variáveis e testes analisados ( $p > 0,05$ ).

Ainda que a população analisada apresente hipertensão arterial sistêmica e IMC indicando sobrepeso, o bom desempenho no teste de caminhada de 6' e o controle da pressão arterial evidenciam que a prática de atividade física regular e orientações nas oficinas da UniATI podem estar relacionados a melhora da capacidade funcional e assim atuando positivamente na prevenção de quedas.

## REFERÊNCIAS

- 1- SOUZA, Luiz Humberto Rodrigues et al. **Queda em idosos e fatores de risco associados**. Revista de Atenção à Saúde (antiga Rev. Bras. Ciên. Saúde), v. 15, n. 54, p. 55-60, 2017.
- 2- OLIVEIRA REM, NASCIMENTO MMG, REIS FJ, DIAS ERRO et al. **Problemas farmacoterapêuticos em idosos de uma unidade de atenção primária à saúde de minas gerais**. Eletronic Journal of Pharmacy, vol. XIII, n. 3, p. 201-211, 2016.
- 3- Rubenstein CMP, Powers CM, Maclean CH. Quality Indicators for the Management and Prevention of Falls and Mobility Problems in Vulnerable Elders. *Ann Intern Med* 2001; 135:686-693.
- 4- RODRIGUES CL, FERNANDES A, ARMOND JE, GORIOS C et al. **Fatores associados à queda em idosos atendidos em hospital da região sul da cidade de São Paulo** Revista Brasileira de Ciências da Saúde, v. 11, n. 36, 2013.
- 5- MACIEL, Arlindo. Quedas em idosos: um problema de saúde pública desconhecido pela comunidade e negligenciado por muitos profissionais da saúde e por autoridades sanitárias brasileiras. 2010.
- 6- GALLO, Luiza Herminia et al. **Alongamento no Programa de Atividade Física para Terceira Idade (PROFIT): promovendo a melhora da capacidade funcional em idosas**. Revista de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo, v. 23, n. 1, p. 1-6, 2012.
- 7- VIRTUOSO, Janeisa Franck, et al. **Perfil de morbidade referida e padrão de acesso a serviços de saúde por idosos praticantes de atividade física**. Ciência & Saúde Coletiva, v.17,n.1, p.23-31, 2012.
- 8- SOUZA, Luiz Humberto Rodrigues, et al. **QUEDA EM IDOSOS E FATORES DE RISCO ASSOCIADOS**. Rev. Aten. Saúde, São Caetano do Sul, v. 15, n. 54, p. 55-60, out./dez., 2017.

9- NOGUEIRA, Matheus Figueiredo et al. **Exposição de idosos a fatores de risco para doenças cardiovasculares. Revista de enfermagem UFPE on line-ISSN: 1981-8963, v. 8, n. 11, p. 3814-3822, 2014.**

10- RIBEIRO, Alexandre et al. **Teste de Caminhada de 6 minutos para Avaliação de Mulheres com fatores de risco cardiovascular. Fisioterapia em movimento, v.24, n.4, 2017.**