

Poster 04

Estudo da associação entre receio de queda e análise postural na população sénior.

Chaves, L.¹; Gomes, J.¹; Mendes, C.¹; Mota, C.¹; Pires, J.¹; Regêncio, M.¹; Pereira, A.¹; Monteiro, A.M.^{1,2}

¹Instituto Politécnico de Bragança, Bragança, Portugal

²Centro de Investigação em Ciências do Desporto, Saúde e Desenvolvimento Humano, Vila Real. Portugal

Os factores biológicos, doenças e causas externas podem influenciar a fase de envelhecimento. A queda é considerada como uma causa externa já que é um evento não esperado, no qual o indivíduo muda de posição em relação à sua posição inicial, o que poderá acarretar sérios problemas para o idoso. A queda ocorre devido à perda total do equilíbrio postural, podendo estar relacionada à insuficiência súbita dos mecanismos neurais e osteoarticulares envolvidos na manutenção da postura. O objectivo deste estudo foi de analisar os resultados obtidos em diferentes tipos de testes de avaliação do equilíbrio em associação entre o receio de queda e a postura corporal de forma a observar ou não se existe uma correlação entre o risco de quedas e o equilíbrio em dois grupos distintos de idosas. Metodologia: A amostra foi constituída por 41 sujeitos do sexo feminino, 21 mulheres incluíram o grupo de força (GF, 67,33 ± 4,61 anos de idade, 1,55 ± 0,08 [m] de estatura e 74,08 ± 11,79 [kg] de massa corporal) e outras vinte no grupo aeróbio (GA, 65,35 ± 3,01 anos de idade, 1,56 ± 0,09 [m] de estatura e 69,43 ± 10,03 [kg] de massa corporal). A avaliação postural estática foi feita pelo teste SAPo; os fatores de risco através da Escala de Berg; a avaliação dos problemas de mobilidade pelo Teste Tinetti; o risco de queda e a capacidade de transferência, relacionado com o equilíbrio dinâmico pelo Time Up & Go; o medo de cair o Falls Efficacy Scale. A normalidade da distribuição foi avaliada com o teste de Shapiro-Wilk, como análise exploratória. Foram calculadas as estatísticas descritivas (média ± 1 DP) de todas as variáveis dependentes seleccionadas. Como estatística inferencial fez-se recurso ao teste T de Student para níveis de significância $P \leq 0,05$. Os alinhamentos segmentares e ângulos articulares analisados sugerem que o GA tende a apresentar uma postura ortostática que procura promover uma quantidade inferior de esforço e/ou de sobrecarga mecânica sobre o aparelho locomotor do que o GF. Relativamente aos testes de equilíbrio realizados às utentes do programa mais idade mais saúde, conclui-se que não existem diferenças significativas, quer a nível de equilíbrio estático ou dinâmico. Na avaliação da associação do risco de queda e da avaliação da postura corporal, pode-se observar nas tabelas acima, que não existem diferenças significativas intra-grupos, isto é, tanto o grupo de força como o grupo aeróbio não sofrem risco de queda segundo a avaliação da sua postura. Por outro lado, quando a avaliação foi realizada com a junção de ambos os grupos, podem-se observar diferenças significativas na associação do risco de queda com a postografia (*0,05). Conclusão: Tudo indica que as senhoras que frequentam o programa não estão sujeitas a riscos acrescidos de queda.