



# AValiação DO EQUILÍBRIO E MOBILIDADE FUNCIONAL DE IDOSAS INSTITUCIONALIZADAS SUBMETIDAS A UM PROGRAMA DE TRATAMENTO FISIOTERAPÊUTICO

Géssica Cristina Marins Ferreira & Mariane Fernandes Ribeiro

**Introdução:** O envelhecimento é um desenvolvimento inevitável que acarreta mudanças fisiológicas em vários sistemas do corpo. O equilíbrio decorre da concordância dos sistemas vestibular, visual, somatossensorial e músculoesquelético. Sabe-se que com o avançar da idade, há uma queda na qualidade e quantidade de dados enviados ao cérebro, causando uma diminuição do controle postural, reduzindo o equilíbrio e tornando idosos mais propensos a quedas. **Objetivos:** O presente estudo teve como objetivo avaliar os efeitos da fisioterapia no equilíbrio e capacidade funcional de idosas institucionalizadas. **Metodologia:** A pesquisa foi desenvolvida em uma Instituição de Longa Permanência para idosas em uma cidade do Alto Paranaíba. Foram realizadas avaliações antes e após o tratamento fisioterapêutico proposto, sendo utilizada para a análise do equilíbrio a Escala de Equilíbrio de Berg (EEB), da mobilidade funcional o Teste *Timed Up and Go* (TUG), o Teste de Alcance Funcional (TAF) e para verificar a função cognitiva das idosas foi utilizado o Mini Exame Mental (MEEM). Foram realizados 20 atendimentos de fisioterapia convencional, com alongamentos ativo e passivo, exercícios de fortalecimento, treino de marcha com obstáculos e em diferentes solos. **Resultado:** Participaram da pesquisa 4 idosas do sexo feminino com média de idade de 74,75 anos. Os resultados foram descritos como estudos de casos. A Paciente 1 apresentou 30 pontos no MEEM que significa o escore total do teste, aumento 5 de pontos na EEB, 3 centímetros de aumento no TAF, e diminuição de 7 segundos no teste TUG. A Paciente 2 apresentou 18 pontos de MEEM, aumento de 3 pontos na BERG, aumento de 11 cm no TAF, e diminuição de 8 segundos no TUG. A Paciente 3 apresentou 27 pontos no MEEM, aumento de 6 pontos na EEB, aumento de 9 centímetros de TAF, diminuição de 5 segundos de TUG. A Paciente 4 apresentou 15 pontos de MEEM, aumento de 2 pontos na EEB, aumento de 4 centímetros e TAF, diminuição de 5 segundos de TUG. **Conclusão:** Verificou-se que as idosas institucionalizadas apresentam maior risco de quedas devido a imobilidade e à diminuição da atividade física. Após os atendimentos de fisioterapia houve um aumento da pontuação da EEB e do alcance funcional, bem como uma redução no tempo de execução do teste TUG, o que indica uma melhora de equilíbrio e da mobilidade funcional, o que pode inferir em uma melhora da qualidade de vida.

**Palavras-chave:** Equilíbrio; Idosos; Fisioterapia; Idosos Institucionalizados.