

AVALIAÇÃO DE FORÇA E EQUILÍBRIO DE IDOSOS DE UMA INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA EM CRICIÚMA/SC

Laraisa Velho da Silva¹, Flávia Agostinho Correa Heleodoro¹, Cristiane Damiani Tomasi^{1,2}, Lisiane Tuon^{1,2}, Jacks Soratto^{1,2}, Luciane Bisognin Ceretta^{1,3}, Robson Pacheco¹.

¹ Programa de Pós Graduação em Saúde Coletiva (PPGSCol), Universidade do Extremo Sul Catarinense – UNESC

² Programa de Pós Graduação em Saúde Coletiva – Mestrado Profissional – PPGSCol. Membro do Grupo de Pesquisa Gestão do Cuidado, Integralidade e Educação na Saúde (GECIES).

³ Programa de Pós Graduação em Saúde Coletiva – Mestrado Profissional – PPGSCol. Líder do Grupo de Pesquisa Gestão do Cuidado, Integralidade e Educação na Saúde (GECIES).

Introdução: Sabe-se que atualmente a população idosa cresce consideravelmente a nível mundial, sendo o processo de institucionalização uma das consequências desse acontecimento e visto como uma alternativa de moradia para os mesmos. A avaliação cinético-funcional realizada com os idosos de uma Instituição de Longa Permanência do município de Criciúma mostrou dois parâmetros bastante importantes sobre a questão física dos mesmos: o equilíbrio e a força muscular. Estes dois aspectos podem estar relacionados com uma série de consequências negativas para a vida de um idoso, como por exemplo, quedas e fraturas. **Método:** Essa pesquisa caracteriza-se por ser uma abordagem quantitativa, do tipo transversal com coleta de dados prospectiva. Para a sua realização, foi realizada uma reunião com o responsável pela Instituição, para esclarecimento do desenvolvimento e o objetivo do projeto, onde foi solicitada a Carta de Aceite, que teve a aprovação do Comitê de Ética sobre o parecer Nº 770.989. Na abordagem aos idosos foram esclarecidos os objetivos do estudo e a partir do interesse em participar da pesquisa foi assinado o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Foi aplicada a Avaliação Inicial, que conta com dados como Nome, Sexo, Idade, Escolaridade, Filhos, tempo de institucionalização e a quantificação do equilíbrio, através da escala de Berg, e da força muscular, através da dinamometria palmar, escapular e lombar. **Resultados:** Participaram desta pesquisa 10 idosos, com mediana de idade de 80 anos (mín.: 69 e máx: 82), sendo que a maioria destes idosos (n=6) possui filhos. Metade dos idosos participantes não é alfabetizada, e os outros 50% possuem apenas o Ensino Fundamental Incompleto. Como resultado da pontuação total da Escala de Berg, obteve-se como pontuação uma mediana de 0 pontos, o que podemos concluir que a maioria dos indivíduos não conseguem realizar as etapas da Escala, ou possuem um equilíbrio “muito ruim”. O que não foi muito diferente da Dinamometria, que nos mostrou também uma incapacidade da parte dos idosos ao realizar a Dinamometria Lombar, no qual sua mediana também foi de 0 kg/F. Já a Dinamometria Escapular teve uma mediana total de 2,22 Kg/F e a dinamometria Palmar direita e esquerda foi de 14 Kg/F e de 13 Kg/F respectivamente. Estes são valores que quando comparados com os valores de referência são considerados valores baixos, significando um déficit importante da força muscular. **Discussão:** Analisando todos os resultados, pode-se perceber que a maioria dos idosos residentes nesta Instituição de Longa Permanência são incapazes de realizar as etapas tanto da dinamometria quanto da Escala de Berg, ou não atingem uma pontuação considerável em ambos os instrumentos, por serem cadeirantes, ou ter dificuldade de se posicionar em ortostase. Mesmo havendo alguns idosos que

Resumo expandido

Pesquisa

consigam realizar as tarefas de ambos os instrumentos, as pontuações foram baixas, o que nos mostra um déficit importante de equilíbrio e força muscular, expondo estes indivíduos a um maior risco de quedas e consequentemente fraturas e incapacidades funcionais. **Conclusões:** Embora o déficit de equilíbrio e a diminuição de força muscular seja uma consequência do processo de senilidade, o idoso pode ter uma vida normal sem que isto seja um problema muito impecílio. Contudo, foi possível perceber que neste caso específico, os idosos possuem um comprometimento considerável com ambos os pontos avaliados, podendo acarretar vários problemas, como quedas, fraturas, dificuldades em realizar suas atividades, concentração entre outros. Portanto, torna-se de extrema importância uma atenção e cuidado especial com essa população.

Palavras-chave: Idosos. Força. Equilíbrio.