



Evento	Salão UFRGS 2013: SIC - XXV SALÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA UFRGS
Ano	2013
Local	Porto Alegre - RS
Título	Efeitos de um programa de cinesioterapia por meio de interação virtual em mulheres idosas.
Autor	SUELEN ROBERTA KLEIN
Orientador	ADRIANO PASQUALOTTI
Instituição	Universidade de Passo Fundo

O envelhecimento fisiológico abrange uma série de alterações nas funções orgânicas e mentais do sujeito, assim como diminuição da capacidade de manter o equilíbrio homeostático, da coordenação motoras e todas outras, o organismo é acometido gradualmente por consequência da idade avançada. A força é uma das mais importantes valências físicas, mas a fraqueza muscular pode levar a pessoa idosa há incapacidade funcional na realização das atividades comuns da vida diária. Paralelo ao aumento da população idosa no mundo há o crescimento do uso das novas tecnologias como processo de intervenção que vem ao encontro desta perspectiva de melhorar a capacidade funcional e aumento da força. O objetivo do estudo foi avaliar os efeitos de um programa de cinesioterapia por meio da interação virtual com o uso do videogame Xbox 360 com Kinect na força muscular de membros inferiores e superiores de mulheres idosas. A pesquisa foi realizada no município de Passo Fundo. A amostra foi constituída por mulheres com idade entre 60 e 80 anos que participam de atividades recreativas oferecidas no Clube Recreativo Juvenil do município de Passo Fundo – RS. O estudo é de cunho quantitativo, de caráter experimental e intencionista, com delineamento de pré e pós-testes. A amostra foi composta por 16 idosas fisicamente ativas distribuídas probabilisticamente nos grupos controle e intervenção. A duração do programa foi de oito semanas, mais a avaliação inicial e final. Inicialmente as idosas foram avaliadas no Isocinético no Laboratório de Biomecânica, em seguida de forma aleatória os participantes foram separados em dois grupos: a) o grupo intervenção desenvolveu o programa de cinesioterapia com o uso do videogame Xbox 360 com Kinect; b) o grupo controle realizou duas vezes por semana atividades físicas tradicionais. A idade média das mulheres idosas participantes da pesquisa foi de 71,7 anos, com um desvio padrão de 7,7 anos, 50,0% possuem até o ensino fundamental, 92,9% da amostra, que usam medicamentos de forma contínua. Com relação ao IMC apresentaram uma média de 28,6 kg/m², com um desvio padrão de 4,1 kg/m². Os resultados da avaliação do desempenho muscular dos extensores e flexores de joelho e ombro do grupo de videogame apresentaram diferenças significativas no pico de torque do movimento de extensão do membro inferior direito nas velocidades angulares de 60°/s e 180°/s ($p = 0,043$), e no o pico de toque de flexão do membro superior esquerdo na velocidade angular de 60°/s ($p = 0,043$). Os resultados apresentados nessas produções sugerem efeitos na aptidão funcional e na força muscular de membros inferiores e superiores por meio de atividades físicas realizadas com o uso de videogame. Programas de exercícios físicos tradicionais ou realizados de forma virtual podem minimizar ou mesmo evitar o declínio funcional, além de ser uma alternativa eficaz de intervenção para a realização de atividades físicas com pessoas idosas.