

1583**PREVALÊNCIA DE QUEDAS EM UM GRUPO DE IDOSOS PRATICANTES DE ATIVIDADE FÍSICA ORIENTADA**

Adriane Ribeiro Teixeira, Lilian Benin, Rayane Brum de Fraga, Tais Picinini, Camila Neves, Claudine Devicari Bueno, Renata Soares, João Paulo Nogueira dos Santos, Bruna Macagnin Seimetz, Andréa Kruger Gonçalves. Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS)

Quedas em idosos originam restrições e incapacidade para a realização de atividades de vida diária. Dentre as atividades que visam prevenir quedas, estão a realização de atividade física orientada. Assim idosos praticantes de atividade física deveriam apresentar um menor número de quedas do que idosos não praticantes. Assim, este trabalho tem como objetivo verificar o número de quedas nos últimos seis meses em idosos que frequentam programa de terceira idade na UFRGS e que realizam atividade física orientada e a preocupação com novas quedas entre os idosos que caíram. A coleta de dados foi feita por meio de questionário elaborado para a pesquisa e do instrumento Falls Efficacy Scale (FES-I-BRASIL), que avalia a preocupação em cair em atividades de vida diária, já traduzido e validado para o português brasileiro (Camargos, 2010). O instrumento é composto por 16 questões, sendo a pontuação mínima de 16 e a máxima de 64 pontos. Quanto maior a pontuação, maior a preocupação em cair. Fizeram parte da amostra 139 adultos de meia-idade e idosos, de 55 a 90 anos (média de idade de $70,1 \pm 7,3$ anos), sendo 19 (13,67%) do sexo masculino e 120 (86,33%) do sexo feminino. Verificou-se que 26 (18,71%) apresentaram histórico de quedas nos últimos 6 meses. Quando analisadas as respostas do FES-I-Brasil, verificou-se que em somente 3 (11,5%) apresentavam uma maior preocupação em cair, pontuando valores iguais ou superiores à metade da pontuação possível. Assim, concluiu-se que os idosos avaliados apresentam um baixo percentual de quedas, sendo inferior ao descrito na literatura especializada, confirmando que a prática de atividade física pode ser um fator preventivo para a ocorrência de quedas. Além disso, idosos com histórico de quedas nos últimos 6 meses apresentam uma baixa preocupação com novas quedas. Aprovado pelo CEP do Instituto de Psicologia da UFRGS nº 2010036. Palavra-chave: Palavra-chave: idoso; quedas; equilíbrio.