



EIA



**28^o Encontro Internacional
de Audiologia**

**24 a 27 de
Abril de 2013**

**Bahia Othon
Palace**

Salvador - Bahia

Apoio:



TÍTULO: EQUILÍBRIO E MARCHA EM IDOSOS PRATICANTES E NÃO PRATICANTES DE ATIVIDADE FÍSICA ORIENTADA

AUTOR(ES): LETICIA SOUSA FLORES , BRUNA MACAGNIN SEIMETZ

CO-AUTOR(ES): SIOMARA GOULART KRONBAUER, EDUARDO ARRACHÉ, GRACIETTE ESPOSITO, ELIANE HOFF, IVANIR MARIA ARGENTA DOS SANTOS, NIURA SUDBRACK, ADRIANE RIBEIRO TEIXEIRA

INSTITUIÇÃO: UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL

Introdução: Idosos apresentam elevado risco de queda, pelos mais variados motivos (presbivertigem, diminuição de força e flexibilidade, declínio cognitivo, deficiência visual). A ocorrência de quedas pode originar lesões, perda da independência funcional medo de cair e óbito. Assim, é importante avaliar o equilíbrio e a marcha de indivíduos nesta faixa etária, uma vez que distúrbios nestas tarefas podem ser preditores de quedas. **Objetivo:** analisar o equilíbrio e a marcha de idosos praticantes e não praticantes de atividade física orientada. **Método:** A amostra foi composta por 40 idosos, sendo 20 praticantes e 20 não praticantes de atividade física orientada (dança, musculação e hidroginástica). O grupo de praticantes foi formado por indivíduos do sexo feminino. No grupo de não praticantes havia 16 (80%) idosas e 4 (20%) idosos. As idades variaram entre 60 e 91 anos. O equilíbrio e a marcha foram avaliados por meio do instrumento POMA (*Performance Oriented Mobility Assessment*), elaborado por Tinetti, Williams e Mayewski (1986) e adaptada culturalmente para o Brasil por Gomes (2003). Quanto maior a pontuação obtida pelos indivíduos, melhor o desempenho e, conseqüentemente, menor o risco de quedas. **Resultados:** A análise dos dados permitiu verificar que, com relação aos testes de equilíbrio, dos 20 indivíduos praticantes de atividade física orientada, 16 (80%) atingiram a pontuação máxima nas provas. Considerando-se os não praticantes, somente 4 (20%) dos 20 avaliados atingiram a pontuação máxima. Nos testes de marcha, todos os idosos praticantes de atividade física (100%) e 19 (95%) não praticantes alcançaram a pontuação máxima. **Conclusão:** Constatou-se que o grupo praticante de atividade física orientada tem atingido melhor pontuação nas provas de equilíbrio. Acredita-se que pontuações semelhantes entre os dois grupos, observada nas provas de marcha podem ser atribuídas às características dos testes (atividades muitas vezes desempenhadas no dia-a-dia pelos idosos) e ao fato de que os não praticantes de atividade física não apresentavam patologias que pudessem comprometer o desempenho desta função (marcha).