



XXXV SALÃO de INICIAÇÃO CIENTÍFICA

6 a 10 de novembro

Evento	Salão UFRGS 2023: SIC - XXXV SALÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA UFRGS
Ano	2023
Local	Campus Centro - UFRGS
Título	Atividade física pregressa mantém a capacidade funcional de idosos acima de 90 anos?
Autor	BRUNA PRZESTRZELENIEC
Orientador	CAROLINE PIETTA DIAS

ATIVIDADE FÍSICA PREGRESSA MANTÉM A CAPACIDADE FUNCIONAL EM IDOSOS ACIMA DE 90 ANOS?

Bruna Przestrzeleniec; Caroline Pietta Dias

A prática de atividade física ao longo da vida é de extrema importância para a manutenção da saúde e da capacidade funcional, principalmente durante processo de envelhecimento. Entretanto, é bem sabido que os níveis de atividade física tendem à sofrer um declínio à medida que os indivíduos se aproximam do fim de sua expectativa de vida. Assim, o objetivo deste estudo foi comparar a capacidade funcional de idosos acima de 90 anos que praticaram ou não atividade física ao longo da vida. Foram recrutados na comunidade, na cidade de Porto Alegre/RS, idosos acima de 90 anos de ambos os sexos. Os mesmos foram avaliados em seus domicílios com o seguinte protocolo: (1) Questionário multidimensional, (2) Avaliação da força de preensão manual (FPM) por dinamômetro hidráulico, (2) Teste de sentar e levantar da cadeira (SL) e (3) Teste de velocidade de caminhada - Timed Up and Go (TUG). O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UFRGS e todos os participantes assinaram um termo concordando com a participação no estudo. Participaram do estudo 134 idosos ($93,9 \pm 3,7$ anos). Destes, 48 realizaram atividade física ao longo da vida (GAF) e 86 não realizaram (GC). O GAF apresentou maiores valores para FPM quando comparado ao GC ($20,2 \pm 7,7 \text{Kg/f}$ vs $15,9 \pm 6,5 \text{Kg/f}$, $p = \leq 0,01$; respectivamente). Para os testes de SL ($16,6 \pm 5,8 \text{s}$ vs $18,5 \pm 11,3 \text{s}$, $p = 0,28$) e TUG ($18,9 \pm 12,8 \text{s}$ vs $19,1 \pm 10,9 \text{s}$, $p = 0,92$) não foram observadas diferenças significativas. A prática de atividade física ao longo da vida parece auxiliar na preservação da força de preensão manual, a qual é importante preditora de reserva fisiológica e de sobrevivência a longo prazo na idade avançada.