

NÍVEIS DE FORÇA, ESTADO NUTRICIONAL E AUTONOMIA FUNCIONAL DE IDOSAS DO PROJETO DE CAMINHADA DA CIDADE DE VÁRZEA ALEGRE-CE

JOYCE MARIA LEITE E SILVA (CREF 5120 G/CE)³

MARIA GLEIDIVÂNIA ANTUNES BARROS²

LIGIA RAIANNE DA SILVA MOURA¹

CATARINA DA SILVA¹

LUCIANO MILLER REIS RODRIGUES (CRM 89832)⁴

¹ Acadêmicos do curso de Educação Física da Universidade Regional do Cariri – Iguatu – Ceará, Brasil.

² Graduada em Educação Física da Universidade Regional do Cariri – Iguatu – Ceará, Brasil.

³ Docente do Curso de Educação Física da Universidade Regional do Cariri – Iguatu – Ceará, Brasil. Mestranda em Ciências da Saúde – Faculdade de Medicina do ABC, FMABC, Santo André, Brasil;

⁴ Doutor, docente no Programa de Pós-Graduação Stricto-Sensu em Ciências da Saúde – Faculdade de Medicina do ABC – FMABC-Santo André, Brasil.

PALAVRAS-CHAVE: Envelhecimento; Atividade física; Autonomia funcional; Estado nutricional; Força muscular.

INTRODUÇÃO: Com o avançar da idade ocorre uma diminuição progressiva da massa muscular e aumento do tecido adiposo, essa diminuição na massa muscular acomete com maior intensidade o sexo feminino e pode ocasionar diminuição na força e na capacidade funcional. **OBJETIVO:** analisar a correlação da força de preensão manual FPM e estado nutricional com a autonomia funcional de idosas fisicamente ativas. **METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo descritivo, correlacional, realizado com 21 idosas, média de idade (68,62±6,087), praticantes de caminhada. As idosas foram avaliadas quanto à autonomia funcional através do protocolo de testes do Grupo de Desenvolvimento Latino-Americano para Maturidade GDLAM, e classificadas de acordo com a faixa etária G1 (60-64), G2 (65-69), G3 (70-74), G4 (75-79), G5 (≥80) anos. A FPM foi avaliada por dinamômetro de preensão manual, e o estado nutricional através do índice de massa corporal (IMC= P/A²). Utilizou-se na análise estatística software SPSS 22.0, análise descritiva (média e desvio padrão), *cross-tabs* e correlação de Spearman, com nível de significância de 5%. **RESULTADOS:** A média de classificação do índice geral de GDLAM (IG) em segundos foram G1(28,16±4,87), G2(26,21±2,61), G3(32,39±5,32), G4(33,39±6,56), G5(33,92±7,01), ficando classificados entre bom e regular, já a média de FPM foi relativamente baixa 3,76±2,30 Kgf, sendo que o IMC médio de 25,6±3,3 kg/m² caracterizou (sobrepeso). Não houve correlação entre o IMC e o IG e a FPM e o IG (p>0,05). **CONCLUSÃO:** A força de preensão manual e IMC não interferiram no desempenho da autonomia funcional da população. A população estudada apresentou autonomia funcional preservada e classificada entre boa e regular, mesmo os níveis de força muscular sendo abaixo do esperado para um grupo ativo e muitas idosas estarem acima do peso ideal não foram fatores que interferiram no desempenho e capacidade funcional do grupo estudado.

REFERÊNCIAS

ALEXANDRE, T. da S. et al. Relação entre força de preensão manual e dificuldade no desempenho de atividades básicas de vida diária em idosos do município de São Paulo. **Saúde coletiva**, v. 5, n. 24, p. 178-182, 2008.

CUNHA, R. C. L. *et al.* Efeitos de um programa de caminhada sob os níveis de autonomia funcional de idosas monitoradas pelo programa saúde da família. **Rev Bras Geriatr Gerontol**, v. 13, n. 2, p. 255-65, 2010.

DANTAS, E. H. M. *et al.* Functional Autonomy GDLAM Protocol Classification Pattern in Elderly Women. **Indian Journal of Applied Research**, v.4, n.7, 2014. p.262-266.

DANTAS, E. H. M.; VALE, R. G. de S. Protocolo GDLAM de avaliação da autonomia funcional. **Fitness & Performance Journal**, n.3, 2004.p.175-182.

GERALDES, A. A.R. *et al.* A força de preensão manual é boa preditora do desempenho funcional de idosos frágeis: um estudo correlacional múltiplo. **Rev. bras. med. esporte**, v. 14, n. 1, p. 12-16, 2008.

PÍCOLI, T. da S.; FIGUEIREDO, L. L. de; PATRIZZI, L. J. Sarcopenia e envelhecimento. **Fisioterapia em Movimento**, v. 24, n. 3, 2011.

RODRIGUES, B. G. de S. *et al.* Autonomia funcional de idosas praticantes de Pilates. **Fisioterapia e Pesquisa**, v. 17, n. 4, p. 300-305, 2010.