

FATORES ASSOCIADOS À VELOCIDADE DE MARCHA APÓS 12 MESES EM PARTICIPANTES DE UM PROGRAMA DE ENVELHECIMENTO ATIVO

Maria Beatriz de Alencar Melchior (BIC-UCS), Anderson Rech (Orientador(a))

O envelhecimento está associado a prejuízos ao desempenho de atividades funcionais, elevando o risco de quedas em idosos. O aumento epidemiológico do número de quedas nesta população indica a necessidade de maiores esclarecimentos a fim de desenvolver estratégias para gerar uma população idosa funcional e com maior qualidade de vida. Dentre as capacidades funcionais representativas do desempenho físico do idoso destaca-se a marcha, pela sua utilização constante nas atividades da vida diária, sendo compreendida como um fator prognóstico importante nos estudos de envelhecimento. No entanto, mecanismos longitudinais de modificação da marcha ainda precisam ser melhor compreendidos. Investigar os fatores associados à velocidade de marcha após um ano de vida em participantes de um programa de envelhecimento ativo da Universidade de Caxias do Sul é o objetivo do presente estudo. O referido projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa local e se trata de um estudo longitudinal prospectivo. A coleta de dados foi realizada com uma amostra de 66 participantes de um programa de atividades multidisciplinares visando o público sênior (>50 anos) da Universidade de Caxias do Sul (UCS), em um intervalo de 12 meses. As coletas foram realizadas nas dependências da universidade, com uma equipe de pesquisa capacitada para a aplicação dos testes e questionários do estudo. Os testes e questionários aplicados foram: Teste de velocidade de marcha (TVM); Mini-Exame do Estado Mental (MEEM); Godin-Shephard de atividade física de lazer; Escala internacional de eficácia de quedas; e, a Escala de Depressão Geriátrica (GDS). A análise estatística avaliou, por modelos de regressão univariada, multivariada e stepwise, quais variáveis basais estavam associadas à velocidade de marcha após 12 meses, identificando idade e sintomas depressivos como os principais fatores associados ao desempenho futuro. Após 12 meses, a velocidade de marcha esteve associada principalmente à idade e aos sintomas depressivos, indicando que fatores relacionados ao envelhecimento e ao estado emocional podem influenciar a manutenção da capacidade funcional em idosos. As demais variáveis não apresentaram força suficiente para serem incluídas no modelo final de predição. Conclui-se que a idade mais avançada e maior presença de sintomas depressivos no início do acompanhamento estiveram associadas à pior velocidade de marcha após 12 meses.

Palavras-chave: envelhecimento, velocidade de marcha, capacidade funcional

Apoio: UCS