

A UTILIZAÇÃO DE TESTES DE EQUILÍBRIO CORPORAL EM IDOSOS (RESUMO)

PLÍNIO COSTA DOS PASSOS (CREF – 02216 G/SE)

SÉRGIO PRADO LEITE

KELVYN MARLON RODRIGUES LESSA

MARIANA NASCIMENTO LIMA

MELISSA NETO PAIVA

RODRIGO DE LUCENA PEDRAL

ORIENTADOR: MADSON RODRIGO SILVA BEZERRA

UNIVERSIDADE TIRADENTES, ARACAJU, SERGIPE, BRASIL

plinio_passos@hotmail.com

PALAVRAS-CHAVES: Equilíbrio Corporal; Idosos; Testes de Equilíbrio.

INTRODUÇÃO: Define-se equilíbrio como uma reação automática básica pela capacidade de recuperar estabilidade após perturbação do centro de gravidade, sendo um processo complexo dependente da integração da visão, sensação vestibular e periférica, comandos centrais e respostas neuromusculares e, particularmente, da força muscular e tempo de reação (SILVA et al., 2008). Segundo Bechara e Santos (2008), caracteriza-se o envelhecimento como uma série de alterações morfológicas, fisiológicas, bioquímicas e psicológicas que resulta na diminuição da capacidade de adaptação do indivíduo ao meio, ocorrendo um declínio em todas as partes do sistema que compõe o equilíbrio relacionado à idade, visível na população idosa. Segundo Karuka (2011) um importante aspecto estudado nos idosos são a instabilidade ou ausência de equilíbrio que pode resultar em quedas e sequelas, ele ainda as trata como fator de grande relevância epidemiológica, social e econômica em todo o mundo, pois é o tipo mais comum de acidente entre idosos, pois o idoso ao sofrer uma queda pode gerar complicações, como hipoatividade, isolamento social, depressão, institucionalização, redução da qualidade de vida, perda de confiança, dependência nas atividades básicas funcionais e até mesmo óbito. Vale ressaltar que tanto a incidência quanto a gravidade de quedas aumenta consideravelmente após a sexta década de vida. Consequentemente pelos fatores relacionados acima, diversos estudos dirigem-se a importância de avaliar o equilíbrio corporal de idosos através de instrumentos de avaliação para obter um melhor equilíbrio. **OBJETIVO:** Identificar utilização e aplicabilidade dos testes usados para avaliar o equilíbrio corporal no idoso. **METODOLOGIA:** O presente estudo caracterizou-se como uma revisão de literatura, com a utilização de sites acadêmicos como: Google Acadêmico e Scielo, onde foram catalogados os principais testes e avaliações de equilíbrio. **RESULTADOS:** Os estudos observados aplicaram os seguintes testes: O Teste de Tinetti, citado por KARUKA (2011), que é usado para avaliar o equilíbrio e as anormalidades da marcha e classifica os aspectos da marcha como a velocidade, a distância do passo, a simetria e o equilíbrio em pé, o girar e também as mudanças com os olhos fechados. Teste de Alcance Funcional Anterior (TAF), encontrado nos estudos de KARUKA (2001) em que Determina o quanto o idoso é capaz de se deslocar dentro do limite de estabilidade anterior. É bastante utilizado para identificar o risco de queda. O teste Escala de Equilíbrio Berg (EEB) citado por SILVA et al (2008) utilizado principalmente para determinar os fatores de risco para perda da independência e quedas em idosos. A escala avalia o equilíbrio em 14 itens comuns à vida diária. Timed Up and Go (TUG), utilizado por BECHARA e SANTOS (2008) tem como objetivo avaliar a mobilidade e equilíbrio funcional. **CONCLUSÃO:** Observou-se que os testes aplicados corresponderam ao que foi encontrado na literatura sobre os mesmos, apresentando resultados com importâncias significativas e sugestões para a

obtenção de resultados, por exemplo, estudos com maior participantes e correção de erros acontecidos.

REFERÊNCIAS:

BECHARA F. T, SANTOS S. M. S. **Efetividade de um programa fisioterapêutico para treino de equilíbrio em idosos.** Revista Saúde e Pesquisa, v. 1, n. 1, p. 15-20, jan./abr. 2008.

GAI, Juliana; GOMES, Lucy; NOBREGA, Otávio de Toledo and RODRIGUES, Marcelo Palmeira. **Fatores associados a quedas em mulheres idosas residentes na comunidade.** Rev. Assoc. Med. Bras. [online]., vol.56, n.3, pp. 327-332. 2010. ISSN 0104-4230.

KARUKA A. H. et al. **Análise da concordância entre instrumentos de avaliação do equilíbrio corporal em idosos.** Rev. Bras. Fisioter. São Carlos, v. 15, n. 6, p. 460-6, nov./dez. 2011.

SILVA A. et al. **Equilíbrio, coordenação e agilidade de idosos submetidos à prática de exercícios físicos resistidos.** Rev. Bras. Med. Esporte. v. 14, n. 2, mar./abr. 2008.

SILVA-FHON, Jack Roberto et al. **Riesgo de caída en el adulto mayor que acude a dos Centros de Día. Lima, Perú.** Horiz. Med. [online]. vol.14, n.3, pp. 12-18. 2014 ISSN 1727-558X.