



Movimentos sacádicos horizontais atenuam a oscilação corporal de idosos fisicamente ativos e sedentários

Sousa, L. F.; Scheicher, M. E.; Polastri, P. F.; Gotardi, G. C.; Brito, M. B.; Rodrigues, S. T.
Universidade Estadual Paulista, Rio Claro, Brasil

O envelhecimento é marcado por diversas alterações, tanto morfológicas quanto funcionais, as quais podem resultar em um declínio das capacidades físicas, cognitivas e de vida diária. Perdas motoras e sensoriais com o passar dos anos estão associadas à dificuldade do idoso em manter uma postura estável. Estudos realizados com idosos caidores e não-caidores demonstram que idosos submetidos a treinamento de força e de equilíbrio melhoram a mobilidade, o medo de cair e o controle postural. Várias estruturas do sistema nervoso central compartilham envolvimento nos controles ocular e postural, há evidências de que tanto adultos jovens quanto idosos reduzem suas oscilações corporais durante tarefas de movimentos sacádicos horizontais, mas não está claro o papel da atividade física na relação entre movimento dos olhos e postura. O objetivo deste estudo foi determinar a influência dos movimentos sacádicos horizontais de 0,5 e 1,1 Hz no equilíbrio de idosos ativos e idosos sedentários. Foram avaliados quinze idosos praticantes da modalidade vôlei adaptado e quinze idosos sedentários. Os participantes permaneceram parados, na posição em pé, descalços, em base bipodal, sobre uma plataforma de força, com um equipamento de rastreamento do olhar, onde realizaram combinações de tarefas visuais (fixação, movimentos sacádicos 0,5 Hz e movimentos sacádicos 1,1 Hz) e condições de superfície (base instável, com espuma de 50x50x10 cm de alta densidade e base estável, sem espuma). Os dados foram submetidos à ANOVA por grupo, por condição visual e por base de suporte, com medidas repetidas nos dois últimos fatores. Os resultados apontaram que a amplitude média de oscilação na direção ântero-posterior foi menor na condição de movimentos sacádicos 0,5 Hz do que na condição de fixação ($p=0,003$) e menor na base estável quando comparada com a instável ($p\leq 0,001$). A amplitude média de oscilação na direção médio-lateral não foi afetada pelas condições visuais, no entanto, na base estável a oscilação foi menor quando comparada com a instável ($p\leq 0,001$). A área de deslocamento foi menor na condição de movimentos sacádicos 0,5 Hz do que na fixação ($p=0,012$) e menor na base estável do que na instável ($p\leq 0,001$). A velocidade média na direção ântero-posterior foi menor na condição de movimentos sacádicos 0,5 Hz do que na fixação ($p\leq 0,001$), menor na condição de movimentos sacádicos 1,1 Hz do que na fixação ($p=0,026$) e menor na base estável do que na instável ($p\leq 0,001$). A velocidade média na direção médio-lateral não foi afetada pelas condições visuais, no entanto, na base estável a oscilação foi menor quando comparada com a instável ($p\leq 0,001$). A velocidade média total foi menor na condição de movimentos sacádicos 0,5 Hz do que na fixação ($p\leq 0,001$), menor em movimentos sacádicos 0,5 Hz do que em movimentos sacádicos 1,1 Hz ($p=0,045$) e menor na base estável do que na instável ($p\leq 0,001$). Em suma, a oscilação corporal dos idosos foi perturbada pela base instável como esperado, mas a prática da modalidade vôlei adaptado não promoveu ganhos importantes no equilíbrio dessa população. Movimentos sacádicos horizontais atenuaram igualmente a oscilação corporal de idosos ativos fisicamente e sedentários.

E-mail: fernandovictoretti@hotmail.com