

Relação entre equilíbrio postural estático com fragilidade, medo de quedas e sarcopenia em idosos

Pereira, C.; Gomes, B.P.; Imaizume, M.; Scherer, F. C.; Cantagalli, R.D.M.; Teixeira, D.C.
Universidade Estadual de Londrina (UEL), Londrina, Brasil
Apoyo da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - Brasil (CAPES)

O processo de envelhecimento é caracterizado por diversas alterações fisiológicas, porém quando há um declínio acentuado desse sistema, ocorre o que é chamado de síndrome da fragilidade, a qual é marcada pelo aumento no risco de diversos agravos à saúde do idoso, dentre eles a sarcopenia e as quedas. A sarcopenia traz consequências como a redução da força, da flexibilidade, da mobilidade e do equilíbrio postural, já as quedas podem desencadear lesões e medo de cair de novo, além de figurar entre as principais causas de morbimortalidade nessa população. Dessa forma, esse estudo teve como objetivo verificar a relação entre as variáveis de equilíbrio postural com índices de fragilidade, medo de quedas e sarcopenia em idosos. A amostra foi de 28 idosos, com média de idade de 71,8 anos ($\pm 7,1$), e que não praticavam exercícios físicos nos últimos três meses antes da avaliação. Os idosos realizaram os testes de equilíbrio estático em uma plataforma de força (BIOMECH400) sob duas condições, uma na posição bipodal com olhos abertos em superfície estável e outra em superfície instável. Foram realizadas duas avaliações de 30 segundos (s) em cada condição, com descanso de 30 s entre elas, as médias das avaliações foram utilizadas para as análises estatísticas. Os parâmetros de controle postural computados durante a tarefa de equilíbrio foram: área de oscilação do centro de pressão (COP), velocidade (VEL) e frequência (FREQ) média de oscilação do COP, nas direções ântero-posterior (A/P) e médio-lateral (M/L). A avaliação da fragilidade foi realizada pela *Edmonton Frail Scale* (EFS), a avaliação de medo de quedas foi pela *Falls Efficacy Scale-International* (FES – I Brasil), já a sarcopenia foi avaliada através do questionário *Strength, Assistance in walking, Rise from a chair, Climbing stairs and Falls* (SARC-F). Para a análise dos dados foi utilizado o teste de normalidade de Kolmogorov-Smirnov, após foi realizado o coeficiente de correlação de Pearson, para os dados paramétricos, e de correlação de Spearman, para os não paramétricos. O nível de significância adotado foi de 5% ($P < 0,05$). Nesse estudo foram encontradas correlações moderadas com significância estatística entre as variáveis de equilíbrio postural com o índice de fragilidade, essa correlação foi tanto em superfície estável (COP=0,41; VEL A/P=0,47; VEL M/L= 0,51) quanto em superfície instável (VEL A/P=0,53; VEL M/L= 0,50). Em relação ao medo de quedas, as correlações com o equilíbrio postural não foram significativas ($P > 0,05$). Já em relação à sarcopenia, as correlações com o equilíbrio postural foram moderadas em superfície estável (VEL A/P=0,44), e em superfícies instáveis (COP=0,41; VEL A/P=0,52; VEL M/L= 0,45; FREQ A/P=0,48). Esses resultados sugerem que pessoas com maiores índices no EFS e no SARC-F podem estar propensas a quedas, por apresentarem também o equilíbrio alterado, o que implica ao profissional da saúde a trabalhar com exercícios de equilíbrio postural nessa população.

E-mail: camilapereirafisio@hotmail.com