

ASSOCIAÇÃO ENTRE COMPOSIÇÃO CORPORAL E FORÇA DE PREENSÃO MANUAL DE IDOSAS

Marco Vinicius Acioli da Gama ¹
José Francisco da Silva ²
Lucas Mattos de Lima Sobral ³
Cintya Karine de Albuquerque ⁴
Expedito Magalhães de Farias Júnior ⁵
Thiago Coelho de Aguiar Silva ⁶

O avançar da idade expõe o indivíduo a alterações morfológicas e funcionais como a diminuição da densidade óssea, aumento da gordura corporal e perda da força muscular. A redução da massa muscular, juntamente com a redução da força de força e da funcionalidade caracterizam o quadro de sarcopenia, associada ao desenvolvimento de fatores como o declínio funcional e o aumento do risco de quedas. Por isso, seu diagnóstico é importante para desenvolver estratégias de controle e tratamento. Diante disso, objetivou-se investigar a associação entre a massa muscular apendicular e a força de preensão manual (FPM). Trata-se de um estudo transversal com idosos (n=117) com idades entre 60 e 91 anos, praticantes de pilates e hidroginástica do Programa de Extensão Master Vida, da Universidade de Pernambuco. A massa muscular apendicular foi mensurada pelo método de densitometria corporal através da técnica de absorptometria de feixe duplo de raios-x (DEXA). O teste de preensão manual foi realizado por meio de um dinamômetro da marca Saehan. As medidas foram obtidas em ambas as mãos, em triplicata e a maior medida foi considerada. A normalidade dos dados foi avaliada pelo teste de Shapiro-Wilk. A correlação de Pearson foi utilizada para verificar a relação entre composição corporal e a FPM. Realizou-se a regressão linear para avaliar a associação entre a massa muscular apendicular e a FPM, sendo ajustada pela idade. Todas as análises foram realizadas no SPSS 20.0, adotando a significância de $p < 0.05$. A FPM apresentou associação significativa com a massa muscular apendicular total, sugerindo que para cada quilograma de massa muscular apendicular, há um aumento de 0,454 kg.F na FPM. A cada aumento de um ano, existe uma redução de 0,160 kg.F na FPM.

Palavras-chave: DEXA, Extensão universitária, Massa muscular apendicular, sarcopenia, saúde do idoso.

¹ Graduando do Curso de Educação Física da Universidade de Pernambuco - PE, marco.gama@upe.br;

² Doutorando pelo Curso de Educação Física da Universidade de Pernambuco-PE, francisco.silva2@upe.br;

³ Mestrando do Curso de Educação Física da Universidade de Pernambuco – PE, lucas.mattos@upe.br;

⁴ Graduanda pelo Curso de Educação Física da Universidade de Pernambuco – PE, cintya.albuquerque@upe.br;

⁵ Graduando pelo Curso de Educação Física da Universidade de Pernambuco – PE, expedito.magalhaes@upe.br

⁶ Professor Adjunto II do curso de Educação Física da Escola Superior de Educação Física da Universidade de Pernambuco – PE, thiago.silva@upe.br.