

FUNCIONALIDADE EM UM GRUPO DE IDOSOS ATIVOS: UMA ANÁLISE A PARTIR DE PROJETO INTERDISCIPLINAR

Hugo Leonardo Alves da Silva¹, Kelton
Dantas Pereira², Danilo Ventura Oliveira³,
José Iago Simões Ferreira⁴ Rachel Cavalcanti
Fonseca⁵.

*Faculdade de Ciências Médicas da Paraíba,
cienciasmedicas@cienciasmedicas.com.br*

INTRODUÇÃO: O envelhecimento é tido como um processo comum a todos os indivíduos, caracterizado por ser um fenômeno biológico, cultural e social. Nas últimas décadas, o número de idosos no Brasil tem aumentado de forma considerável, sendo apontado para 2050 como o sexto país com maior número de pessoas com essa faixa etária e com aumento considerável da expectativa de vida, que era de 50 anos em 1950 e passou a 74,8 anos em 2013 (CAMARGOS, 2015).

Com o aumento da idade, surgem as limitações funcionais e diversas doenças que acometem o idoso, e que por sua vez interferem diretamente na qualidade de vida dessa população. Na tentativa de prevenir estas alterações, os exercícios físicos merecem destaque, uma vez que melhoram os aspectos cognitivos, sociais, psicológicos e físicos (SCHNEIDER, IRIGARAY, 2008).

Baseado nessa quase necessidade de vida ativa, surgem os modos de quantificar a capacidade desses indivíduos, não só no que diz respeito à prática de atividades mais complexas, como certos exercícios físicos, como também da própria prática das atividades de vida diária. E dentre os vários instrumentos utilizados para avaliar essa capacidade funcional, a aplicação da medida de independência funcional (MIF) se sobrepõe; que nada mais é do que um instrumento que serve para avaliar a capacidade de pacientes com restrições funcionais de várias origens (nesse caso estudado, a própria idade predispõe a restrição funcional), tendo sido desenvolvida na América do Norte na década de 1980. Tendo isso em vista, faz-se pertinente sua aplicação com intuito de verificar justamente como/se um grupo de idosos ativos mantém suas funcionalidade física e sua independência quanto ao auxílio de outros, ou sua dependência e em que grau.

OBJETIVO: Aplicar a Medida de independência funcional em grupo de idosos ativos, a partir de um projeto interdisciplinar.

METODOLOGIA: A presente pesquisa tratou-se de um estudo de campo, descritivo e de caráter exploratório, com abordagem quantitativa. A mesma foi realizada na clínica-escola de fisioterapia da Faculdade de Ciências médicas da Paraíba. Foram entrevistados 20 idosos que fazem parte de um projeto interdisciplinar de pesquisa intitulado: Análise dos indicadores relacionados ao envelhecimento bem-sucedido. O instrumento utilizado na coleta de dados foi a Medida de independência funcional (MIF), que avalia 18 itens dividido em duas grandes dimensões: motora (com pontuação máxima de 91 pontos) e cognitiva (com pontuação máxima de 35 pontos) e em 6 categorias (auto cuidado, controle dos esfíncteres, mobilidade, locomoção, comunicação e cognição social), sendo as quatro primeiras motoras e as duas últimas cognitivas. Cada item é avaliado e recebe uma pontuação que parte de 1 (dependência total) a 7 (independência completa), variando entre 18 a 126 pontos, quanto maior a pontuação alcançada mais independente para realização de suas atividades o idoso se apresenta (NEVES, *et al*, 2004). A análise dos dados foi realizada através de estatística simples por meio de média e percentagem.

RESULTADOS E DISCUSSÃO:

Dentre os idosos avaliados, estavam 16 mulheres e 4 homens, com idade entre 51 e 82 anos (média de 66,5 anos). Cabe salientar aqui que essa desproporção entre sexos corrobora com a tendência global de feminização da velhice. (ALMEIDA, 2015) Ademais, a idade média encontrada, de pessoas no começo da vida idosa, aparenta ter relação com o perfil do grupo (pessoas ativas), que exige uma maior independência funcional, devido a execução dos exercícios físicos aplicados na sua rotina diária.

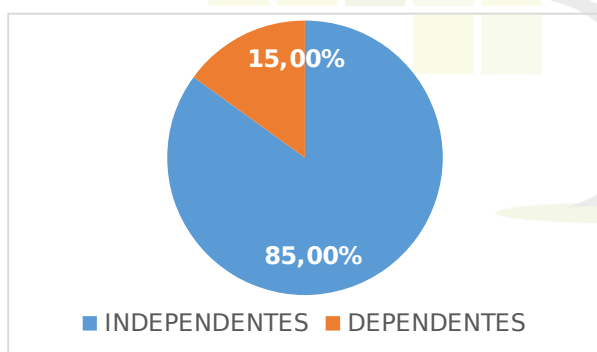
Desses 20 idosos submetidos a aplicação do instrumento, 17 (85%) obtiveram resultado acima de 104 pontos, categorizando-os como completamente independentes, dos quais 8 (40%) obtiveram pontuação máxima (126 pontos), tendo como média de pontuação 122 pontos. Os 3 pacientes não independentes (15%), de pontuação inferior a 104 pontos, foram classificados como tendo uma dependência modificada, com média de pontuação 85,6 pontos.

Tabela 1 – Pontuação geral da amostra.

NÚMERO DE IDOSOS	PONTUAÇÃO
8	126
9	125-104
3	<104

Há uma relação quase que intrínseca do processo de independência funcional em relação a idade. Afinal, com uma das consequências do envelhecimento, há uma diminuição gradativa da capacidade funcional, sendo essa definida como a capacidade de realização das atividades básicas de vida diárias e atividades instrumentais de vida diária. Para idosos como um todo, a realização de tais atividades aparece como algo estritamente necessário para sua sobrevivência, mantendo-o participativo e independente na gestão de sua própria saúde. (FERREIRA, 2012).

Gráfico 1 – Percentual de idosos dependentes e independentes.



Em relação à análise das duas grandes dimensões analisadas pela medida de independência funcional, do total, 11 idosos (55%) tiveram pontos reduzidos em pelo menos uma das duas categorias cognitivas e 3

(15%) tiveram pontos reduzidos das duas. À dimensão motora, 9 usuários (45%) apresentaram ao menos uma das 4 categorias com pontuação reduzida, 3 (15%) apresentaram 2 categorias com menor pontuação, 1 (5%) com 3 categorias com pontuação reduzida e 1 (5%) com todas elas diminuídas

No tocante ao sexo, observou-se que todos os avaliados do sexo masculino foram classificados como totalmente independentes, sendo 2 (50%) com pontuação máxima; já entre as entrevistadas, 13 foram tidas como independentes, dentre as quais 6 com pontuação máxima (46%), ao passo que 3 foram consideradas com dependência modificada, relacionada ao auxílio para algumas tarefas.

Tabela 2: Pontuação média relativa a divisão por sexos.

SEXO	PONTUAÇÃO MÉDIA
HOMENS	123
MULHERES	115,3
GERAL	116,85

Isso posto, infere-se o quão realmente ativos e não dependentes a grande maioria dos idosos da amostra se encontra. O fato de participarem de projetos de integração com

outros, que estimula deixarem suas residências e realizarem atividade física além de interagir socialmente com outrem, contribuindo para uma melhor independência tanto física quanto cognitiva (FERREIRA, 2015)

No que diz respeito a análise separada das grandes dimensões observadas pela MIF, percebe-se que a maioria dos entrevistados tem uma autonomia motora melhor preservada em relação a cognitiva. Mais da metade da amostra teve pontuação máxima à dimensão motora demonstrando o quão independentes fisicamente eles se encontram. No entanto, a dificuldade na realização de atividades como subir escadas ou resolver seus problemas fora de suas residências por exemplo, decorrentes na maioria das vezes de problemas músculo-esqueléticos, contribuem de forma significativa para a obtenção de resultado alterado no escore da parte restante da amostra.

Ademais, em se tratando da análise por sexos, percebe-se o quanto a independência relativa dos homens está melhor preservada em relação a das mulheres. A prática de atividade física mais regular e um menor índice relativo de acometimento por doenças cognitivas contribuem para isso. Por outro lado, em alguns casos o próprio receio de se autodeclarar incapaz e com dificuldade para

realização de suas atividades é estimulado até mesmo pelo sentimento machista inerente em cada entrevistado, podendo interferir em suas respostas.

As mulheres entrevistadas por sua vez, tem menos receio de demonstrarem como realmente lidam com suas atividades. Por outro lado, por serem maioria, tem proporcionalmente e biologicamente maior chance de experimentarem doenças típicas dessa fase da vida, agravando sua condição de saúde e consequentemente contribuindo para diminuir suas pontuações na escala analisada. (ALMEIDA, 2015)

CONSIDERAÇÕES FINAIS: Independente das dimensões de idade conhecidas e estabelecidas, pode-se desenvolver um perfil dessa idade compreensivo para qualquer que seja o indivíduo. Sendo importante, investigar os fatores que estejam interferindo na sua funcionalidade.

E nesse contexto que a avaliação da medida de independência funcional se encaixa. É ultrapassar limites cronológicos e identificar e quantificar onde cada indivíduo concentra suas dificuldades. Tal aplicação, resultado e análise virão a servir para determinar de forma indireta a qualidade de vida dessas pessoas. Ademais, uma vez levada em consideração a crescente na população de idosos no mundo e no Brasil, vê-se que torna-

se cada vez mais relevante a abordagem de determinados instrumentos como esse, não associados somente a condições patológicas, como é o caso da aplicação com idosos saudáveis e ativos. É nesse contexto que a escala de MIF foi aplicada, obtendo resultados relativamente satisfatórios do ponto de vista da saúde/independência do grupo de idosos.

E com o intuito de tentar garantir que tais índices sejam alcançados por cada vez mais indivíduos dessa faixa etária, faz-se necessária busca por uma vida deveras mais ativa, seja através programas que estimulem a interação em grupos de idosos, seja pela simples busca de realização de atividades mais simples de forma autônoma.

REFERÊNCIAS

- 1- CAMARGOS, M.C.S. GONZAGA, M. R. Viver mais e melhor? Estimativas de expectativa de vida saudável para a população brasileira. **Cad. Saúde Pública**, n.7, v.31, p 1460-1472. 2015. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/csp/v31n7/0102-311X-csp-31-7-1460.pdf>. Acesso em: 10 de ago. 2016.
- 2- SCHNEIDER, R.H., IRIGARAY, T.Q. O envelhecimento na atualidade: aspectos cronológicos, biológicos, psicológicos e sociais. **Estud. psicol. (Campinas)**,n.4, vol.25, p 585-593. 2008. Disponível em:
- 3- RIBEIRO, M. *et al.* Validação da versão brasileira da medida de independência funcional. **Acta Fisiátrica**, n.2, v.11, p 72-76,2004. Disponível em: <http://www.unifra.br/professores/anabonini/Valida%C3%A7%C3%A3o%20Brasileira%20MIF.pdf> . Acesso em: 10 de ago. 2016
- 4- ALMEIDA, A.V. O processo de feminização da velhice no município de Viçosa, MG: características, relações e risco social. 20 de fev. 2015. 116 f. Dissertação – Universidade federal de Viçosa. Viçosa, 2015.
- 5- FERREIRA, T.K.A. PIRES, V.A.T.N. Atividade física na velhice: avaliação de um grupo de idosas sobre seus benefícios. *Revista Enfermagem Integrada* N. 1, V. 8, 2015. Disponível em: <http://www.unilestemg.br/enfermagemintegrada/artigo/v8/02.pdf>. Acesso em: 13 de ago. 2016.
- 6- FERREIRA, O.G.L. *et al.* Envelhecimento ativo e sua relação com a independência funcional. *Revista Texto e contexto Enfermagem*. N.21. V.3. p.513-518. 2012. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/tce/v21n3/v21n3a04.pdf> . Acesso em: 13 de ago. 2016.

http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-166X2008000400013. Acesso em: 10 de ago. 2016.

