

RESUMO SIMPLES - REABILITAÇÃO E DESEMPENHO FUNCIONAL

ASSOCIAÇÃO DO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA COM A CAPACIDADE INTRÍNSECA EM IDOSOS DA COMUNIDADE: UM ESTUDO TRANSVERSAL

Juliana Nogueira Pontes Nobre (juliana.nobre@ufvjm.edu.br)

Luana Aparecida Soares (soares.luana@ufvjm.edu.br)

Leonardo Augusto Da Costa Teixeira (leonardo.augusto@ufvjm.edu.br)

Marcela Rodrigues De Castro (marcela.castro@ufba.br)

José Claudio Jambassi Filho (josejambassi@ufba.br)

Maria Fernanda Santos Mourão (fernanda.mourao@ufvjm.edu.br)

Maria Clara De Moura Oliveira (maria.oliveira@ufvjm.edu.br)

Bárbara Ribeiro Barbosa (Barbara.ribeiro@ufvjm.edu.br)

Geisy Kelly Aparecida Silva De Paula (geisy.kelly@ufvjm.edu.br)

Ana Flávia Vieira Trindade (ana.trindade@ufvjm.edu.br)

Letícia Gonçalves Do Amarante (leticia.amarante@ufvjm.edu.br)

Gabriele Teixeira Gonçalves (gabriele.teixeira@ufvjm.edu.br)

Vanessa Amaral Mendonça (vanessa.mendonca@ufvjm.edu.br)

Ana Cristina Rodrigues Lacerda (lacerda.acr@ufvjm.edu.br)

Introdução: A atividade física (AF) é essencial em todas as idades, particularmente entre os idosos. No entanto, essa população raramente atinge

os níveis recomendados de AF. Além disso, a relação entre diferentes níveis de AF e a preservação da capacidade intrínseca (CI) ainda não é totalmente compreendida. Este trabalho tem como objetivo: a) comparar o desempenho de idosos muito ativos, ativos, irregularmente ativos e sedentários nos domínios da CI; b) determinar se ser "fisicamente ativo" ou "fisicamente inativo" está associado a CI e aspectos funcionais. Metodologia: estudo transversal quantitativo com 224 idosos. Os níveis de AF foram avaliados com Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ), a CI compreendeu os domínios: cognitivo (Mini Exame do Estado Mental), locomotor (Short Physical Performance Battery- SPPB), vitalidade (Questionário nutricional e Força de preensão manual), psicológico (Escala de Depressão Geriátrica) e sensorial (Visão: O teste de Snellen; Audição: Teste do Sussurro). Aspectos funcionais foram avaliados por meio da Escala de Lawton para Atividades Instrumentais de vida diária (AIVD). Foram realizados o teste de Kruskal-Wallis ou qui-quadrado e a regressão logística binária. Resultados: Foram encontradas diferenças entre os grupos em relação à idade, estado nutricional, força, cognição e AIVD, favorecendo os idosos ativos ($p<0,001$). A prática de AF beneficiou os idosos mais jovens ($OR=0,91$, $p<0,001$), com vitalidade ($OR=1,13$, $p<0,001$), melhor desempenho nas AIVD ($OR=1,17$, $p<0,001$), melhor desempenho cognitivo ($OR=1,13$, $p<0,001$), melhor mobilidade ($OR=1,09$, $p<0,001$, $OR=1,30$, $p<0,001$) e domínio psicológico ($OR=0,85$, $p<0,001$). Conclusão: A manutenção da atividade física, mesmo em níveis moderados, tem sido associada a fatores-chave que contribuem para a saúde e a independência funcional dos idosos. Estes resultados sustentam a relevância da prática de AF para a manutenção da CI.

Palavras-chave: idosos; envelhecimento; atividade física; autonomia funcional; ods-3.