



<https://sites.uft.edu.br/uma/>

TIMED UP AND GO NA AVALIAÇÃO DA MOBILIDADE FUNCIONAL E RISCO DE QUEDAS EM IDOSOS

Eullanya Rodrigues Braga¹

Thayssa Lopes Parente²

Elane Pereira De Souza³

Daniele Pereira Ramos⁴

Luiz Sinésio Silva Neto⁵

INTRODUÇÃO: As quedas em pessoas idosas representam um relevante problemas de saúde pública, estando associadas ao aumento da morbimortalidade, da dependência funcional e da perda da qualidade de vida. A identificação precoce do risco de quedas é essencial para o planejamento de ações preventivas que promovam um envelhecimento saudável e ativo. Nesse contexto, instrumentos clínicos que avaliem mobilidade e equilíbrio como o teste Timed Up and Go (TUG), torna-se fundamentais na triagem funcional da população idosa, além fornecer subsídios para intervenções dos profissionais de saúde. **OBJETIVO:** Analisar as evidencias científicas acerca da utilização do TUG em idosos como ferramenta para avaliação do risco de quedas na prática dos profissionais de saúde. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura realizada nas bases PubMed, SciELO e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), contemplando publicações entre 2020 e 2025. Utilizaram-se os descritores “Timed Up and Go”, “elderly” e “falls”, combinados por operadores booleanos. Após aplicação dos critérios de inclusão e exclusão e leitura na íntegra, 5 artigos compuseram a amostra final, sendo analisados de forma descritiva quanto aos objetivos, métodos e principais achados. **RESULTADO:** Os estudos analisados demonstraram que o TUG apresenta boa confiabilidade e validade na identificação de alterações na mobilidade e no equilíbrio, sendo amplamente utilizado como preditor de risco de quedas. Tempos superiores a 20 segundos estão frequentemente associados a maior probabilidade de eventos adversos. O teste possibilita avaliação rápida da funcionalidade, força muscular e coordenação motora, podendo ser aplicado em diferentes níveis de atenção à saúde e em contextos ambulatoriais, hospitalares e comunitários. **CONCLUSÃO:** O Teste Timed Up and Go configura-se como ferramenta eficaz e acessível para triagem do risco de quedas em idosos, auxiliando profissionais de saúde na tomada de decisão clínica e no planejamento de estratégias preventivas voltadas à manutenção da autonomia e do envelhecimento ativo.

Palavras-chave: Quedas em Idosos; Mobilidade Funcional; Envelhecimento

¹ Acadêmica de Enfermagem. AFY Faculdade Porto Nacional Tocantins. eullanyarodrigues13@gmail.com

² Acadêmica de Enfermagem. AFY Faculdade Porto Nacional Tocantins. lopesthayssa85@gmail.com

³ Acadêmica de Enfermagem. AFY Faculdade Porto Nacional Tocantins. elanesouzarl@gmail.com

⁴ Mestranda em Ensino em Ciências e Saúde. Universidade Federal do Tocantins. daniele.ramos@uft.edu.br

⁵ Pós-Doutor em Educação em Saúde. Universidade Federal do Tocantins. luizneto@uft.edu.br