

DUPLA-TAREFA NO CONTROLE POSTURAL QUASE-ESTÁTICO DE IDOSOS ATIVOS

Autores

Rogiane Oliveira Ramos Anna Beatriz Souza Ligório - Apresentador Rina Márcia Magnani Kamila Fernandes da Silva

Afiliação

Universidade Federal de Goiás Universidade Federal de Goiás Universidade Estadual de Goiás Universidade Estadual de Goiás

Introdução: O controle postural (CP) raramente é uma tarefa única, sendo frequentemente associado a tarefas motoras ou sensoriais concomitantemente, formando o paradigma denominado dupla-tarefa (DT). Quando simultâneos, o CP e uma tarefa secundária competem por recursos atentos, o que pode levar a uma desorganização das informações. O idoso possui maior dificuldade de regular o CP, principalmente em situações de DT devido às perdas funcionais advindas do envelhecimento, tornando-o mais susceptível a quedas. Porém, sabe-se que idosos ativos tendem a apresentar menores oscilações corporais. **Objetivos:** Este estudo teve como objetivo verificar a influência de uma atividade de DT cognitiva no CP de uma população saudável e ativa de indivíduos idosos. **Métodos:** Estudo transversal de caráter exploratório, apreciado e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos sob parecer de número 1.090.761, estando de acordo com as Diretrizes e Normas Regulamentadoras de Pesquisas envolvendo seres humanos (Resolução 466/2012, do Conselho Nacional de Saúde). Realizou-se avaliação estabilométrica em ortostatismo bipodal com base de sustentação plantar delimitada e padronizada, numa plataforma de força com sensor de quartzo piezelétrico Midcaptures e softwareFootwork. Foram adotadas três condições de avaliação do centro de pressão (CoP): olhos abertos (OA), olhos fechados (OF) e dupla-tarefa (DT), essa que foi realizada pelo incremento do teste de Stroop na postura delimitada. A avaliação do nível de atividade física foi realizada pelo questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ) Versão Curta. **Resultados:** Participaram do estudo 50 idosas com faixa etária entre 61 e 84 anos, participantes de um Projeto de Extensão Universitário onde realizam, semanalmente, atividades direcionadas ao equilíbrio corporal. A comparação entre as condições apresentou significância estatística para as condições de OA e OF ($p=0,046$), DT e AO e OF ($p=0,09$ e $p=0,02$ respectivamente). A correlação entre os valores estabilométricos e nível de atividade física, apesar de baixa significância estatística, apresentou menores oscilações do CoP nos indivíduos ativos e muito ativos. **Conclusões:** A DT relaciona-se a uma maior oscilação corporal no idoso, influenciando negativamente no CP. A prática de atividade física prediz melhoria no desempenho do CP, mesmo em situações de DT, proporcionando a esses indivíduos melhor equilíbrio e menor risco a quedas.