

INFLUÊNCIA DA IDADE NA CAPACIDADE FUNCIONAL DE IDOSOS PARTICIPANTES DE UM PROGRAMA DE HIDROCINESIOTERAPIA DA UNIVERSIDADE ABERTA À TERCEIRA IDADE

Autores

Letícia Aguiar Guimarães (1); Thaís Modesto Ranchel (2); José Roberto de Souza Júnior (3); Elizabeth Rodrigues de Moraes (4); Marcelo Silva Fantinati (5) e Adriana Marcia Monteiro Fantinati (6).

Afiliação

(1; 2) Acadêmica do curso de Fisioterapia da Pontifícia Universidade Católica de Goiás (PUC-GO) – Goiânia – Goiás – Brasil; (3) Fisioterapeuta na Clínica Escola Vida da Pontifícia Universidade Católica de Goiás (PUC – GO) - Goiânia- Goiás- Brasil; (4-6) Docente do curso de Fisioterapia da Universidade Estadual de Goiás (UEG) Campus Goiânia/ESEFFEGO – Goiânia – Goiás – Brasil e da Pontifícia Universidade Católica de Goiás (PUC-GO) – Goiânia – Goiás – Brasil; (5) Docente do curso de Fisioterapia da Universidade Estadual de Goiás (UEG) Campus Goiânia/ESEFFEGO – Goiânia – Goiás – Brasil

Introdução: O processo natural do envelhecimento é acompanhado pela diminuição da Capacidade Funcional (CF), a Fisioterapia Aquática é um recurso que tem sido muito utilizado para diminuir estes efeitos. **Objetivos:** Verificar os efeitos de um programa de Hidrocinesioterapia da Universidade Aberta a Terceira Idade (UNATI) na capacidade funcional de idosos e se tais efeitos são influenciados pela idade dos sujeitos. **Métodos:** Estudo quase experimental, descritivo, aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Pontifícia Universidade Católica de Goiás, segundo o protocolo 968807/2015. Participaram do estudo 29 idosas do programa de hidrocinesioterapia da UNATI (13 deles com menos de 65 anos, e 16 com mais de 65 anos), durante três meses, duas vezes por semana, 50 minutos. A CF foi avaliada antes e após a realização do programa, por meio do Teste de Caminhada de 6 minutos (TC6), segundo recomendações da American Thoracic Society (2002). A análise dos dados foi realizada com o SPSS (Statistical Package for Social Sciences) versão 22.0. Inicialmente foi utilizado o teste de normalidade de Shapiro-Wilk e para a comparação dos dados o teste t Student para amostras independentes. Foi adotado nível de significância de $p < 0,05$. **Resultados:** A média geral da CF obtida antes do programa foi de 379,62 m ($\pm 59,01$), e após foi de 478,45 m ($\pm 61,79$), com $p = 0,000$. Antes do programa de hidrocinesioterapia os idosos abaixo de 65 anos caminharam uma média de 363,54 m ($\pm 59,28$) e depois 493,15 m ($\pm 77,63$). Os idosos acima de 65 anos, antes dos exercícios, andaram uma média de 392,69 m ($\pm 57,29$) e após 466,50 m ($\pm 44,33$). A significância apresentada no antes foi $p = 0,193$, e depois foi $p = 0,285$. **Conclusão:** Houve melhora estatisticamente significativa da CF geral após o programa de hidrocinesioterapia, porém quando comparados os resultados de forma estratificada por idade não houve diferença estatisticamente relevante, ou seja, o programa melhora a CF tanto de idosos mais jovens (abaixo de 65 anos), quanto de idosos mais velhos (acima 65 anos).