

GRUPOS ETÁRIOS DE IDOSOS COM MESMO EQUILÍBRIO APRESENTAM DIFERENÇAS NOS PARÂMETROS TEMPORAIS DA MARCHA

Berçan G. L.¹, Leal P.C.¹, Santos T.G.S.¹, Fernandes I. G.^{1,2}, Barbosa A. C.¹

¹ Núcleo de Investigação Músculo-Esquelética da Universidade Federal de Juiz de Fora – UFJF, Governador Valadares, Brasil; ² Programa de Pós-Graduação em Educação Física da Universidade Federal de Juiz de Fora – UFJF Governador Valadares, Brasil
e-mail: alexandre.barbosa@ufjf.edu.br

INTRODUÇÃO

Déficits no equilíbrio e marcha são causas comuns de quedas em idosos. E, as quedas são as principais responsáveis por lesões [1].

Intervenções preventivas exigem a compreensão de como o envelhecimento afeta o equilíbrio e a marcha. Este trabalho teve como objetivo caracterizar e comparar os parâmetros de equilíbrio e marcha de idosos praticantes de atividade física estratificados por grupos etários.

METODOLOGIA

Participaram do estudo (parecer CEP: 2.001.171) 57 idosos praticantes de atividade física, de ambos os sexos, divididos em 2 grupos: G1, idosos entre 60 e 69 anos (n=22; 65±3 anos); G2, idosos entre 70 e 79 anos (n=35; 75±2,9). A avaliação do equilíbrio foi realizada em plataforma de força (Balance Tracking System), com apoio monopodal em perna dominante por 20 segundos. Para obter-se parâmetros da marcha utilizou-se sensores inerciais (LEGSys Biosensics™) durante caminhada de 20 metros em terreno plano com velocidade habitual.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Idosos na faixa etária de 60 e de 70 anos não apresentam diferenças no equilíbrio, como pode ser observado na tabela 1.

Tabela 1 - Comparação das variáveis de equilíbrio entre o grupo 1 e grupo 2

Variáveis de equilíbrio	Média (DP)		95% IC	p
	G1	G2		
Deslocamento total (cm)	78,39 (21,06)	79,38 (19,96)	-12,11- 10,12	0,859
Velocidade de oscilação (cm/s)	3,92 (1,05)	4,02 (0,96)	-0,64- 0,43	0,703
Frequência de oscilação (hz)	0,71 (0,16)	0,71 (0,13)	-0,07- 0,07	0,944
RQM-ML (cm)	0,65 (0,15)	0,72 (0,17)	-0,15- 0,01	0,124
RQM-AP (cm)	0,70 (0,41: 1,21)	0,68 (0,45: 1,61)		0,935

Por outro lado, idosos na faixa etária de 70 anos apresentam prejuízos na marcha quando comparados a idosos na faixa etária de 60 anos, como pode-se observar tabela 2.

Tabela 2 - Comparação das variáveis de marcha entre o grupo 1 e grupo 2

Variáveis de marcha	média (DP)		95% IC	p
	G1	G2		
Tempo da passada (s)	0,99 (0,07)	1,05 (0,08)	-0,10- 0,01	0,01
Velocidade da marcha (m/s)	1,15 (0,16)	1,04 (0,17)	0,01- 0,19	0,02
Cadência (passos/min)	121,62 (8,87)	115,06 (9,30)	1,56- 11,53	0,01

Os resultados mostram que o tempo da passada é maior no grupo G2. Enquanto, a velocidade da marcha e a cadência são maiores no grupo G1.

CONCLUSÃO

Nossos achados sugerem que há aumento do tempo da passada com o envelhecimento. Em contrapartida, a velocidade da marcha e a cadência diminuem. As alterações na marcha se concentram na faixa etária de 70-79 anos. O momento ideal para iniciar as intervenções preventivas específicas pode ser orientado por tais achados. No entanto, a confirmação dessa hipótese exige a expansão da amostra e adição de mais grupos etários (50 à 59, 80 à 89 anos).

AGRADECIMENTOS

Depto de Fisioterapia UFJF-GV, Mestrado em Ciências da Reabilitação-UFJF, CAPES-código 001, FAPEMIG-APQ-02040/18.

REFERÊNCIAS

1. Miller R, Berry SD. Falls: epidemiology, pathophysiology, and relationship to fracture. *Curr Osteoporos*. 2008;6(4):149–54.