



Circuito Regional

*Ciência, Tecnologia e Inovação para
o Desenvolvimento Sustentável*

MEDO DE CAIR E A CAPACIDADE FUNCIONAL EM IDOSOS

CONTO, Hélin de¹; E; ZANINI, Daniela²; ANTES, Danielle L.²; VIEIRA, Mariluce P².

1. Discente do Curso de Educação Física Bacharelado da Universidade do Oeste de Santa Catarina (UNOESC); 2. Docente do Curso de Educação Física Licenciatura e Bacharelado da Universidade do Oeste de Santa Catarina (UNOESC)

Área: Ciências da Vida e Saúde

Introdução: O envelhecimento natural, decorre do aumento do índice de longevidade, ou seja, hoje um declínio na taxa de mortalidade e natalidade, e conseqüentemente uma maior expectativa de vida. **Objetivo:** O objetivo do estudo é analisar o medo de quedas e a capacidade funcional, dentro e fora de casa em idosos frequentadores da Universidade da Melhor Idade de Chapecó. **Método:** Esse é um estudo descritivo quantitativo realizado com 28 idosos, com faixa etária em média de 65 anos. Os instrumentos de avaliação aplicados foram uma anamnese, com dados sociodemográficos, o questionário ICON-FES e a bateria de Rikli e Jones. Os participantes foram escolhidos por conveniência e a coleta de dados realizou-se na UNOESC. Primeiramente foram coletados os dados da anamnese e do questionário e após aplicado a bateria de testes, sendo que ambos foram realizados individualmente. Para análise de dados foram aplicados os testes de frequência absoluta e relativa, média e desvio padrão. **Resultados:** Como resultados notou-se que os idosos apresentam um medo moderado de quedas tanto dentro como fora de casa. Quanto a capacidade funcional os idosos apresentam excelente desempenho na flexibilidade de membros inferiores e foram classificados como fracos em força dos membros superiores e resistência cardiorrespiratória, enquanto nas demais capacidades foram considerados fracos para essa faixa etária. **Conclusão:** Conclui-se que os idosos apresentam um medo moderado de cair e em relação a capacidade funcional, apenas a flexibilidade dos membros inferiores apresentou escores positivos. Espera-se que, os resultados desta pesquisa possam auxiliar os profissionais da área da saúde em seus planejamentos visando sempre benefícios aos idosos.

Palavras-chave: Medo de cair; Capacidade Funcional; Idosos.

Contato: Hélin Eduarda de Conto, decontohelin@gmail.com

Agradecimentos: A autora Hélin Eduarda de Conto agradece ao Programa de Bolsas Universitárias do Estado de Santa Catarina (UNIEDU) pela concessão de bolsa de iniciação científica.