| | | | |
|---|---|---|---|
| **Título:** | **PERFIL DE SAÚDE E FUNCIONALIDADE DE ADULTOS E IDOSOS ATENDIDOS NA CLÍNICA DO MOVIMENTO HUMANO DA UNISC** | | |
| **Autores:** | Autor 1 – Dionatan Mateus Hilbig<br>Autor 2 – Carla Aparecida Gonçalves dos Santos<br>Autor 3 – Laura de Lima<br>Autor 4 – Miriam Beatris Reckziegel | | |
| **Área** | [ ] Humanas<br>[ ] Sociais Aplicadas<br>[X] Biológicas e da Saúde<br>[ ] Exatas, da Terra e Engenharias | Dimensão: | [ ] Ensino<br>[ ] Pesquisa<br>[X] Extensão<br>[ ] Inovação |

**Resumo:**

A manutenção da saúde e da capacidade funcional ao longo da vida depende, entre outros fatores, de condições adequadas de composição corporal, aptidão cardiorrespiratória, mobilidade, flexibilidade e controle funcional. A avaliação física multidimensional possibilita identificar fatores de risco e necessidades individuais, subsidiando a elaboração de programas de exercícios compatíveis com as características de cada indivíduo. Nesse contexto, a Clínica do Movimento Humano (CMH) da Universidade de Santa Cruz do Sul (UNISC) atua na promoção da saúde, prevenção de doenças e melhoria da funcionalidade por meio da avaliação e prescrição individualizada de exercícios. **Objetivo**: Caracterizar o perfil de saúde e funcionalidade de adultos e idosos atendidos na CMH, a partir de indicadores antropométricos, de composição corporal, cardiorrespiratórios e mioarticulares. **Metodologia**: Estudo descritivo, de caráter quantitativo, realizado com dados de avaliações físicas de nove participantes atendidos na CMH, com idades entre 39 e 76 anos, sendo cinco mulheres e quatro homens. Foram analisados indicadores antropométricos e de composição corporal, incluindo peso, estatura, índice de massa corporal (IMC), percentual de gordura, relação cintura-quadril e circunferência da cintura. Também foram avaliados parâmetros cardiorrespiratórios, como pressão arterial, frequência cardíaca de repouso e saturação periférica de oxigênio ($SpO_2$), disponível para oito participantes. A avaliação mioarticular contemplou testes clínico-funcionais relacionados à estabilidade pélvica, flexibilidade muscular, mobilidade do quadril e tornozelo e controle funcional dos membros inferiores, incluindo os testes de Trendelenburg,

Thomas, Ely, Tripode, Lasègue, Patrick/FABER, Weight Bearing Lunge Test e Lateral Step Down Test. **Resultados**: Os participantes apresentaram perfil heterogêneo. Quanto ao IMC, dois encontravam-se na faixa classificatória recomendada, seis apresentavam sobrepeso e um obesidade grau II. O percentual de gordura variou entre 17,47% e 31,34%, evidenciando diferentes perfis de composição corporal. A relação cintura-quadril variou de 0,83 a 0,95, enquanto a circunferência da cintura apresentou valores entre 75 e 132 cm. Nos parâmetros cardiorrespiratórios, a pressão arterial média foi de 130/75 mmHg, com valores de até 150/80 mmHg e registros elevados em dois participantes. A frequência cardíaca de repouso apresentou média de 75,6 bpm, variando de 59 a 94 bpm, e a $SpO_2$ média foi de 96,4%. Na avaliação mioarticular, foram identificadas alterações individuais relacionadas à mobilidade e à flexibilidade, incluindo resultados positivos nos testes de Lasègue e Patrick/FABER e assimetrias na mobilidade do tornozelo avaliadas pelo Weight Bearing Lunge Test. **Conclusão:** Os participantes apresentaram perfil heterogêneo, com predominância de excesso de peso e diferentes demandas relacionadas à composição corporal, mobilidade, flexibilidade e controle funcional. Os achados evidenciam a importância da avaliação física multidimensional para a identificação de necessidades individuais e para o planejamento de programas de exercícios compatíveis com as características e demandas funcionais de adultos e idosos atendidos em serviços de promoção da saúde.

**Link do Vídeo:** Mostra Slides DIONATAN oficial.mp4