



EQUILÍBRIO FUNCIONAL ESTÁTICO, DINÂMICO E RISCO DE QUEDA EM ADULTOS E IDOSOS PRATICANTES DE HIDROTERAPIA: UM ESTUDO LONGITUDINAL

Tiago da Rosa Rambo¹
Andréia Haag¹
Náthalie da Costa¹
Patrícia Oliveira Roveda²

¹Acadêmicos do Curso de Fisioterapia da Universidade de Santa Cruz do Sul (UNISC).

²Docente do Curso de Fisioterapia da Universidade de Santa Cruz do Sul (UNISC).

E-mail do apresentador: rambo@mx2.unisc.br

Introdução: O envelhecimento gera implicações progressivas e limitantes ao organismo que através da promoção e prevenção em saúde devem ser distanciadas, portanto, fornecer subsídios com o intuito de reduzir a incidência de disfunções funcionais geradas por este processo torna-se algo desafiador e imprescindível. Assim sendo, a hidroterapia por meio das propriedades físicas da água aquecida e efeitos terapêuticos relacionados ao aprimoramento das condições de equilíbrio e estabilidade se torna valiosa quando considerado o risco de queda vinculado a problemática apresentada.

Objetivo: Avaliar o equilíbrio funcional estático, dinâmico e o risco de queda de adultos e idosos praticantes de hidroterapia em dois períodos temporais.

Método: Trata-se de um estudo longitudinal e retrospectivo realizado com 24 adultos e idosos, idade entre 49 e 92 anos, ambos os sexos inseridos no projeto de extensão “Oficinas de Saúde na Hidroterapia”, vinculado ao curso de fisioterapia da Universidade de Santa Cruz do Sul. As sessões coletivas semanais aconteciam no setor de fisioterapia aquática da clínica-escola Fisiounisc situada no bloco 34 do campus sede, atualmente o projeto encontra-se desativado devido ao período pandêmico. Os dados demográficos foram coletados através de questionário autorreferido. As condições de equilíbrio funcional estático e dinâmico foram avaliadas por meio da Escala de Equilíbrio de Berg (EEB), instrumento que contempla 14 tarefas simples onde o desempenho é pontuado de 0 (incapaz de realizar) a 4 (realiza de forma independente) e a soma geral classificada em: <37 alto risco de queda; 37 a 45 moderado risco de queda e 46 a 56 baixo risco de queda. Este teste foi aplicado em dois períodos temporais, sendo o primeiro em novembro de 2019 (período I: quando ainda realizavam a sessão semanalmente) e o segundo em fevereiro de 2020 (período II: após o recesso de 2 meses das atividades). Os dados obtidos foram organizados em um banco no software *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) e analisados descritivamente em frequência e pela correlação linear de Pearson (r) adotando significância de $p < 0,05$.

Resultados: Observou-se prevalência de sujeitos do sexo feminino e idosos. Quanto ao IMC encontravam-se acima do peso e não apresentaram nenhum episódio de queda no último ano. A correlação entre idade x EEB no período I ($r = -0,733$ $p = -0,001$) e entre idade x EEB no período II ($r = -0,757$ $p = -0,001$) é forte e negativa, indicando que quando a idade dos indivíduos aumenta o resultado no teste também diminui. Entre os períodos houve decréscimo generalizado nos scores obtidos, onde no período I: baixo risco de queda foi prevalente e apenas um indivíduo apresentou risco moderado; e no período II: 4 sujeitos que apresentavam baixo risco foram reclassificados para moderado risco de queda.

Considerações Finais: O estudo demonstra que a idade se correlaciona com o desempenho na EEB, algo já esperado considerando o declínio funcional decorrente do processo natural de envelhecimento humano. Da mesma forma que o cessamento da atividade semanal durante 2 meses sugere repercussões a curto e médio prazo no equilíbrio estático e dinâmico de adultos e idosos praticantes de hidroterapia enfatizando assim a relevância desta terapêutica em sua manutenção.

Palavras Chave: Hidroterapia; Equilíbrio Postural; Idosos; Adultos.