



FUNCIONALIDADE EM PESSOAS IDOSAS PRATICANTES DE TREINAMENTO SENSÓRIO MOTOR

¹Lis Maria de Araújo Gesteira

¹Marcos Henrique Fernandes

¹José Ailton Oliveira Carneiro

¹Rafael Pereira

¹Claudineia Matos de Araújo

¹ Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB). Jequié, Bahia, Brasil

Eixo Temático: C05 - Saúde Pública/Coletiva

Modalidade: Apresentação Oral

Link do ORCID do 1º Autor: <https://orcid.org/0009-0005-1425-8058>

INTRODUÇÃO: O processo de envelhecimento acarreta mudanças fisiológicas significativas no corpo humano, como perda de massa muscular, instabilidade postural e dificuldades na marcha, fatores que aumentam a dependência funcional em pessoas idosas. Nesse contexto, o treinamento sensório-motor surge como uma estratégia eficaz, ao envolver exercícios de equilíbrio e propriocepção, estimulando uma resposta postural reflexa e automática. Cada exercício deve estimular uma estabilização muscular, desafiando o indivíduo a manter o controle postural em diversas situações, dessa forma, trabalhando à melhoria das habilidades visuais, sensibilidade à orientação espacial, velocidade de desenvolvimento de força e percepção de movimento. **OBJETIVO:** Avaliar a funcionalidade em pessoas idosas praticantes de treinamento sensório-motor. **MÉTODOS:** Esta é uma pesquisa descritiva, analítica, com delineamento transversal e abordagem quantitativa, realizada com 21 idosas cadastradas em uma Unidade de Saúde da Família no município de Jequié/Ba e praticantes de treinamento sensório motor três vezes por semana (10 min de aquecimento, 30 min de treinamento sensório-motor e 10 min de desaquecimento). A coleta dos dados foi realizada com informações sociodemográficas (sexo, idade, estado civil, escolaridade), condições de saúde (IMC, doenças autorreferidas (HAS, DM) e funcionalidade (Índice de Barthel e Escala de Lawton). As variáveis categóricas foram descritas em frequências absolutas e relativas. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética da UESB (Parecer n° 1.244.915). **RESULTADOS/DISCUSSÃO:** A amostra deste estudo foi composta por idosas do sexo feminino, com idade inferior a 68 anos, com predominância de alfabetizadas, sem companheiro, hipertensas, e funcionais para a realização das atividades da vida diária. Em relação às condições de saúde, os achados demonstraram altas prevalências de hipertensão arterial sistêmica (HAS) e diabetes mellitus (DM), (66,7% e 38,1%, respectivamente). Sobre a funcionalidade, os resultados da escala de Barthel demonstraram, dependência leve em 26,1% das idosas participantes e independência em 73,9%. Já os resultados da escala de Lawton, a qual avalia as atividades instrumentais de vida diária, apontaram dependência leve em 8,7% da população do estudo e independência em 91,3%. **CONCLUSÃO:** Com base nos achados, conclui-se que o treinamento sensório-motor contribuiu para a manutenção da independência funcional das idosas avaliadas, evidenciada pelos elevados índices de autonomia tanto nas atividades básicas, quanto nas instrumentais de vida diária, mesmo diante da presença de

doenças crônicas, como hipertensão e diabetes. Esses resultados reforçam a relevância dessa intervenção na promoção da funcionalidade e qualidade de vida na população idosa.

Palavras-Chave: Pessoas Idosas; Funcionalidade; Desempenho Sensório-motor.

REFERÊNCIAS:

CORRADO, Donatella di et al. Short-term effects of specific sensorimotor training on postural assessment in healthy individuals: a pilot study with a randomized placebo-controlled trial. *Journal of Functional Morphology and Kinesiology*, [S. l.], v. 8, n. 2, p. 46, 19 abr. 2023.

LOPES, Raquel Belo; ANDRADE, Horacina Maria Cavalcante de. O papel da fisioterapia na prevenção de quedas: uma revisão integrativa. *Diálogos em Saúde*, [S. l.], v. 5, n. 1, 2022.

SANTOS, Pedro Rafael Dourado dos et al. Alterações músculo-esqueléticas do envelhecimento, prevenção e atuação fisioterapêutica nas quedas em idosos: revisão bibliográfica. *Research, Society and Development*, [S. l.], v. 10, n. 3, p. 12, 20 mar. 2021a.

