

Estudos do Movimento Humano e Saúde

NÍVEL FUNCIONAL E DE ATIVIDADE FÍSICA EM IDOSOS COMUNITÁRIOS E SUA RELAÇÃO COMO A ESCOLARIDADE, RENDA MENSAL E O MEDO DE CAIR

Bárbara Patrícia Santana Silva; Ana Paula Santos
E-mail: babiipatriciass@gmail.com

Envelhecimento saudável pode ser definido como o processo de desenvolvimento e manutenção da capacidade funcional que permite o bem-estar na idade avançada. Um dos instrumentos que avalia o nível funcional e de atividade física em idosos é o Perfil de Atividade Humana. O objetivo deste estudo foi verificar o nível de atividade física e funcional de idosos comunitários e correlacioná-lo com a escolaridade, renda mensal e o medo de cair. Trata-se de um estudo do tipo observacional com delineamento transversal. O Perfil de Atividade Humana e um questionário sociodemográfico foram aplicados em idosos comunitários dos municípios de Montes Claros e Diamantina (MG). Foi realizada estatística descritiva composta de medidas de frequência, de tendência central e variabilidade e inferencial – correlação de Pearson ($p < 0,05$) – através do programa *SigmaStat* 3.1. Este estudo foi aprovado pelo comitê de ética local (protocolo CAAE: 16828619.0.0000.5108). Noventa e nove idosos foram avaliados, sendo 60 mulheres. A média de idade foi de 70 ± 8 anos, a maioria (79%) possui renda mensal de um a dois salários mínimos, o tempo médio de escolaridade foi de $6,6 \pm 4,7$ anos e 52% apresentavam medo de cair. Os idosos considerados ativos foram 32%, moderadamente ativos 52 % e debilitados 16 %. Houve correlações fracas entre o nível funcional e de atividade física e a escolaridade, renda e medo de cair ($r = 0,335$ $p = 0,001$; $r = 0,200$ $p = 0,04$; $r = 0,361$ $p = 0,001$, respectivamente). A maioria dos idosos comunitários avaliados foram moderadamente ativos e apesar da correlação fraca, na amostra estudada, os que possuíam maior escolaridade, renda e não tinham o medo de cair apresentaram maior nível funcional e de atividade física.

Palavras-chave: Atividade Física. Equilíbrio. Idosos.