



ANÁLISE DA APTIDÃO MOTORA EM PESSOAS IDOSAS PRATICANTES DE EXERCÍCIO FÍSICO, SEDENTÁRIAS E INSTITUCIONALIZADAS

Rico Torres¹; Vítor de Araújo Batista²; André Borba Melo³; Harryson Henrique de Luna Amorim⁴; Franklin Danrley Rocha Silva Rafael⁵; Pedro Henrique Lamenha Mentz⁶; Thayná Patrícia Almeida Santos⁷; Felipe Lima Rebelo⁸

Centro Universitário Cesmac¹

Introdução/Fundamentos

O envelhecimento humano trata-se de um processo fisiológico caracterizado pela gradativa redução das funções motoras. Dentre os aspectos que podem influenciar na aptidão motora, podemos destacar a atividade física e a institucionalização. Dessa forma, identificar as possíveis diferenças entre o nível de aptidão motora permite o direcionamento na definição de metas específicas para cada população de acordo com a sua necessidade, direcionando as ações de saúde e minimizando futuros problemas causados pelo mau planejamento

Objetivos

Comparar a aptidão motora entre pessoas idosas institucionalizadas, comunitárias sedentárias e comunitárias praticantes de atividade física.

Metodologia



Resultados e Discussões

A amostra total foi de 27 idosos, onde cada um dos três grupos era composto por nove sujeitos. Houve predomínio do gênero feminino (77%) e com variação de idade 60 a 94 anos. A média da Aptidão Motora Geral (AMG) foi calculada através do somatório dos resultados de todas variáveis (AM1, AM2, AM3, AM4, AM5 e AM6). (tabela 1).

Tabela 1. Comparação do escore da Aptidão Motora Geral por grupo

Variável	Grupo 1	Grupo 2	Grupo 3	P-Valor*
	Média (DP)	Média (DP)	Média (DP)	
AMG***	71,56 (21,09)	63,11 (12,53)	33,56 (12,48)**	<0,001

*P-Valor para a ANOVA.

**Significativamente diferente dos demais grupos pelo teste de Tukey-HSD.

*** Aptidão Motora Geral

Os resultados entre os grupos, por elemento motor e por categorias, encontram-se distribuídos na tabela 2.

Tabela 2. Distribuição da aptidão motora, por elementos, estratificados por grupo.

Variável	Grupo 1		Grupo 2		Grupo 3		P-valor*
	Média	Desvio- Padrão	Média	Desvio- Padrão	Média	Desvio- Padrão	
AM1 - NIVEL	7,44	3,432	6,89	2,804	3,33 ^{1,2}	1,323	<0,001
AM2 - NIVEL	5,11	1,453	4,22	1,302	1,78 ^{1,2}	1,202	<0,001
AM3 - NIVEL	5,78	2,167	4,56	1,667	1,56 ^{1,2}	0,882	<0,001
AM4 - NIVEL	5,89	1,364	4,89	1,691	3,11 ¹	1,616	<0,001
AM5 - NIVEL	5,22	1,563	4,33	0,866	3,33 ¹	1,871	0,043
AM6 - NIVEL	6,33	2,784	6,67	2,236	3,67 ¹	2,449	0,034

*P-valor para a ANOVA.

¹Diferes significativamente do grupo 1 pelo teste de Tukey-HSD.

²Difere significativamente do grupo 2 pelo teste de Tukey-HSD.

Conclusões

Idosos comunitários praticantes de atividade física apresentaram melhor aptidão motora quando comparado aos não praticantes e aos que vivem em instituições, sendo estes últimos os que apresentam pior desempenho nesta variável.

Referências Bibliográficas e Agradecimentos

Rosa Neto F. Manual de avaliação motora para terceira idade. Artmed. 2009.

Vayer P, Pico L. Educação psicomotora e retardo mental. Manole 1988.

Zago AS, Gobbi S. Valores normativos da aptidão funcional de mulheres de 60 a 70 anos. R BrasCi e Mov. 2003;11:77-86.