



**Marilande Carvalho de Andrade Silva
(Organizadora)**

Políticas de Saúde para o Envelhecimento Populacional



**Marilande Carvalho de Andrade Silva
(Organizadora)**

Políticas de Saúde para o Envelhecimento Populacional

2019 by Atena Editora
Copyright © Atena Editora
Copyright do Texto © 2019 Os Autores
Copyright da Edição © 2019 Atena Editora
Editora Chefe: Profª Drª Antonella Carvalho de Oliveira
Diagramação: Natália Sandrini
Edição de Arte: Lorena Prestes
Revisão: Os Autores



Todo o conteúdo deste livro está licenciado sob uma Licença de Atribuição Creative Commons. Atribuição 4.0 Internacional (CC BY 4.0).

O conteúdo dos artigos e seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva dos autores. Permitido o download da obra e o compartilhamento desde que sejam atribuídos créditos aos autores, mas sem a possibilidade de alterá-la de nenhuma forma ou utilizá-la para fins comerciais.

Conselho Editorial

Ciências Humanas e Sociais Aplicadas

Profª Drª Adriana Demite Stephani – Universidade Federal do Tocantins
Prof. Dr. Álvaro Augusto de Borba Barreto – Universidade Federal de Pelotas
Prof. Dr. Alexandre Jose Schumacher – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Mato Grosso
Prof. Dr. Antonio Carlos Frasson – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Prof. Dr. Antonio Gasparetto Júnior – Instituto Federal do Sudeste de Minas Gerais
Prof. Dr. Antonio Isidro-Filho – Universidade de Brasília
Prof. Dr. Constantino Ribeiro de Oliveira Junior – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Cristina Gaio – Universidade de Lisboa
Prof. Dr. Deyvison de Lima Oliveira – Universidade Federal de Rondônia
Prof. Dr. Edvaldo Antunes de Farias – Universidade Estácio de Sá
Prof. Dr. Eloi Martins Senhora – Universidade Federal de Roraima
Prof. Dr. Fabiano Tadeu Grazioli – Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões
Prof. Dr. Gilmei Fleck – Universidade Estadual do Oeste do Paraná
Profª Drª Ivone Goulart Lopes – Istituto Internazionele delle Figlie de Maria Ausiliatrice
Prof. Dr. Julio Candido de Meirelles Junior – Universidade Federal Fluminense
Profª Drª Keyla Christina Almeida Portela – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Mato Grosso
Profª Drª Lina Maria Gonçalves – Universidade Federal do Tocantins
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. Marcelo Pereira da Silva – Universidade Federal do Maranhão
Profª Drª Miranilde Oliveira Neves – Instituto de Educação, Ciência e Tecnologia do Pará
Profª Drª Paola Andressa Scortegagna – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Rita de Cássia da Silva Oliveira – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Sandra Regina Gardacho Pietrobon – Universidade Estadual do Centro-Oeste
Profª Drª Sheila Marta Carregosa Rocha – Universidade do Estado da Bahia
Prof. Dr. Rui Maia Diamantino – Universidade Salvador
Prof. Dr. Urandi João Rodrigues Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará
Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande
Prof. Dr. Willian Douglas Guilherme – Universidade Federal do Tocantins

Ciências Agrárias e Multidisciplinar

Prof. Dr. Alexandre Igor Azevedo Pereira – Instituto Federal Goiano
Prof. Dr. Antonio Pasqualetto – Pontifícia Universidade Católica de Goiás
Profª Drª Daiane Garabeli Trojan – Universidade Norte do Paraná
Profª Drª Diocléa Almeida Seabra Silva – Universidade Federal Rural da Amazônia
Prof. Dr. Écio Souza Diniz – Universidade Federal de Viçosa
Prof. Dr. Fábio Steiner – Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul
Profª Drª Girlene Santos de Souza – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Prof. Dr. Jorge González Aguilera – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul
Prof. Dr. Júlio César Ribeiro – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Profª Drª Raissa Rachel Salustriano da Silva Matos – Universidade Federal do Maranhão
Prof. Dr. Ronilson Freitas de Souza – Universidade do Estado do Pará
Prof. Dr. Valdemar Antonio Paffaro Junior – Universidade Federal de Alfenas

Ciências Biológicas e da Saúde

Prof. Dr. Benedito Rodrigues da Silva Neto – Universidade Federal de Goiás
Prof. Dr. Edson da Silva – Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri
Profª Drª Elane Schwinden Prudêncio – Universidade Federal de Santa Catarina
Prof. Dr. Gianfábio Pimentel Franco – Universidade Federal de Santa Maria
Prof. Dr. José Max Barbosa de Oliveira Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará
Profª Drª Magnólia de Araújo Campos – Universidade Federal de Campina Grande
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte
Profª Drª Vanessa Lima Gonçalves – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande

Ciências Exatas e da Terra e Engenharias

Prof. Dr. Adélio Alcino Sampaio Castro Machado – Universidade do Porto
Prof. Dr. Alexandre Leite dos Santos Silva – Universidade Federal do Piauí
Profª Drª Carmen Lúcia Voigt – Universidade Norte do Paraná
Prof. Dr. Eloi Rufato Junior – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Prof. Dr. Fabrício Menezes Ramos – Instituto Federal do Pará
Prof. Dr. Juliano Carlo Rufino de Freitas – Universidade Federal de Campina Grande
Profª Drª Neiva Maria de Almeida – Universidade Federal da Paraíba
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. Takeshy Tachizawa – Faculdade de Campo Limpo Paulista

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) (eDOC BRASIL, Belo Horizonte/MG)	
P769	Políticas de saúde para o envelhecimento populacional [recurso eletrônico] / Organizadora Marilande Carvalho de Andrade Silva. – Ponta Grossa, PR: Atena Editora, 2019. Formato: PDF Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader. Modo de acesso: World Wide Web. Inclui bibliografia ISBN 978-85-7247-857-1 DOI 10.22533/at.ed.571191912 1. Envelhecimento – Brasil. 2. Idosos – Brasil – Condições sociais. I. Silva, Marilande Carvalho de Andrade. CDD 305.260981
Elaborado por Maurício Amormino Júnior – CRB6/2422	

Atena Editora
Ponta Grossa – Paraná - Brasil
www.atenaeditora.com.br
contato@atenaeditora.com.br

APRESENTAÇÃO

O cenário demográfico que vivenciamos no século XXI, destacado por um acelerado e assegurado processo de envelhecimento populacional, embora indicativo do sucesso das políticas de saúde, trazem enormes desafios ao planejamento e organização dos serviços públicos.

O livro que aqui se apresenta, sem nenhuma finalidade de exaurir o assunto estuda o envelhecimento sobre os conhecimentos biopsicossociais. Ele visa contribuir àqueles que têm como ambição entender mais sobre o processo do envelhecimento e suas relações com outros campos do conhecimento e, em especial, almeja contribuir com aqueles que se propõe a atuar no campo de Políticas da Saúde. E tem como objetivo principal desenvolver uma ampla discussão na sociedade sobre o envelhecimento, instrumentalizando não só àqueles que vão atuar em Programas de Políticas da Saúde, como também a estudantes e profissionais de diversas especialidades na área da saúde, enfim, a todos interessados na discussão sobre o processo do envelhecimento.

A obra aqui apresentada expõe 20 capítulos intitulados: Proteção e atenção aos idosos no Brasil; Envelhecimento e institucionalização; Experiência profissional com a caderneta de saúde da pessoa idosa na atenção primária a saúde; Efeito de um programa de intervenção cognitiva baseado em reminiscências no processamento cognitivo global e a autopercepção de bem-estar subjetivo de idosos; Intercâmbio de gerações: vivência em ILPI's; Mobilidade de idosos no espaço urbano e o direito à cidade; O processo de enfermagem no cuidado às pessoas idosas em situação de rua; Perfil dos participantes de um programa de preparação para aposentadoria em uma Universidade Pública Federal; Triagem cognitiva para detecção precoce da doença de alzheimer: antecedentes psicométricos de uma versão em espanhol (TYM-E) do Test Your Memory (TYM) teste; O impacto da hospitalização sobre a capacidade funcional em uma coorte de idosos; Grupos no contexto de promoção a saúde: percepção dos usuários; Instrumentos de avaliação de quedas na população psicogeriátrica; Instrumentos avaliativos da neuropsiquiatria em idosos: evidência científica; A melhora da inclusão social de pessoas idosas com deficiência: experiência do desafio no Chile; Efeito do exercício físico em meio aquático no risco de queda em idosos; Controle físico-químicos de losartana potássica dispensado no programa farmácia popular do Brasil na cidade de Caruaru-PE; Associação entre síndrome metabólica, consumo habitual de carboidratos refinados, perfil lipídico e glicêmico em idosos de Uruguai/RS; Consumo de antidepressivos tricíclicos por idosos em Coronel Pilar – RS; Efeito do exercício físico na dor lombar de idosos: uma revisão integrativa.

Finalizando essa apresentação, desejo aos leitores que aproveitem bem os

textos, os quais foram preparados com muito cuidado, atenção e competência por todos os autores e autoras.

Marilande Carvalho de Andrade Silva

SUMÁRIO

CAPÍTULO 1	1
PROTEÇÃO E ATENÇÃO AOS IDOSOS NO BRASIL	
Cleisiane Xavier Diniz	
Júlio César Suzuki	
Maria de Nazaré de Souza Ribeiro	
DOI 10.22533/at.ed.5711919121	
CAPÍTULO 2	24
ENVELHECIMENTO E INSTITUCIONALIZAÇÃO	
Fernanda dos Santos Pascotini	
Elenir Fedosse	
Rosane Seeger da Silva	
DOI 10.22533/at.ed.5711919122	
CAPÍTULO 3	36
EXPERIENCIA PROFISSIONAL COM A CADERNETA DE SAÚDE DA PESSOA IDOSA NA ATENÇÃO PRIMÁRIA A SAÚDE	
Melissa Gewehr	
Sharon da Silva Martins	
Luciana Denize Molino da Rocha	
Carolina Tonini Goulart	
Leatrice da Luz Garcia	
Jennifer Aguilar Leocadio de Menezes	
Tainara Genro Vieira	
DOI 10.22533/at.ed.5711919123	
CAPÍTULO 4	44
EFEITO DE UM PROGRAMA DE INTERVENÇÃO COGNITIVA BASEADO EM REMINISCÊNCIAS NO PROCESSAMENTO COGNITIVO GLOBAL E A AUTOPERCEPÇÃO DE BEM-ESTAR SUBJETIVO DE IDOSOS	
Pedro García Montenegro	
Gabriel Urrutia Urrutia	
DOI 10.22533/at.ed.5711919124	
CAPÍTULO 5	56
INTERCÂMBIO DE GERAÇÕES: VIVÊNCIA EM ILPI's	
Melissa Gewehr	
Darlize Deglan Borges Beulck Bender	
Carolina Tonini Goulart	
Leatrice da Luz Garcia	
Jennifer Aguilar Leocadio de Menezes	
Tainara Genro Vieira	
Denis Antonio Ferrarin	
Larissa Venturini	
Jamile Lais Bruinsma	
DOI 10.22533/at.ed.5711919125	
CAPÍTULO 6	65
MOBILIDADE DE IDOSOS NO ESPAÇO URBANO E O DIREITO À CIDADE	
Cleisiane Xavier Diniz	
Júlio Cesar Suzuki	

Maria de Nazaré de Souza Ribeiro

DOI 10.22533/at.ed.5711919126

CAPÍTULO 7 69

O PROCESSO DE ENFERMAGEM NO CUIDADO AS PESSOAS IDOSAS EM SITUAÇÃO DE RUA

Carine Magalhães Zanchi de Mattos

Patrícia Krieger Grossi

Francielli Girardi

DOI 10.22533/at.ed.5711919127

CAPÍTULO 8 81

PERFIL DOS PARTICIPANTES DE UM PROGRAMA DE PREPARAÇÃO PARA APOSENTADORIA EM UMA UNIVERSIDADE PÚBLICA FEDERAL

Priscilla de Oliveira Reis Alencastro

Marco Aurélio de Figueiredo Acosta

DOI 10.22533/at.ed.5711919128

CAPÍTULO 9 93

TRIAGEM COGNITIVA PARA DETECÇÃO PRECOCE DA DOENÇA DE ALZHEIMER: ANTECEDENTES PSICOMÉTRICOS DE UMA VERSÃO EM ESPANHOL (TYM-E) DO TEST YOUR MEMORY (TYM) TESTE

Gabriel Urrutia Urrutia

Pedro García Montenegro

Rodrigo Riveros Miranda

DOI 10.22533/at.ed.5711919129

CAPÍTULO 10 104

O IMPACTO DA HOSPITALIZAÇÃO SOBRE A CAPACIDADE FUNCIONAL EM UMA COORTE DE IDOSOS

Maria José Santos de Oliveira

Lidiane Isabel Filippin

Márcio Manozzo Boniatti

DOI 10.22533/at.ed.57119191210

CAPÍTULO 11 115

GRUPOS NO CONTEXTO DE PROMOÇÃO A SAÚDE: PERCEPÇÃO DOS USUÁRIOS

Melissa Gewehr

Sheila Kocourek

Carolina Tonini Goulart

Leatrice da Luz Garcia

Jennifer Aguilar Leocadio de Menezes

Tainara Genro Vieira

Denis Antonio Ferrarin

DOI 10.22533/at.ed.57119191211

CAPÍTULO 12 131

INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO DE QUEDAS NA POPULAÇÃO PSICOGERIÁTRICA

Talita Portela Cassola

Michele Schmid

Lyliam Midori Suzuki Isuzuki

Leandro Barbosa de Pinho

DOI 10.22533/at.ed.57119191212

CAPÍTULO 13	133
INSTRUMENTOS AVALIATIVOS DA NEUROPSIQUIATRIA EM IDOSOS: EVIDÊNCIA CIENTÍFICA	
Talita Portela Cassola	
Michele Schmid	
Leandro Barbosa de Pinho	
DOI 10.22533/at.ed.57119191213	
CAPÍTULO 14	135
A MELHORA DA INCLUSÃO SOCIAL DE PESSOAS IDOSAS COM DEFICIÊNCIA: EXPERIÊNCIA DO DESAFIO NO CHILE	
Exequiel Plaza	
Pedro García	
Gabriel Urrutia	
DOI 10.22533/at.ed.57119191214	
CAPÍTULO 15	144
EFEITO DO EXERCÍCIO FÍSICO EM MEIO AQUÁTICO NO RISCO DE QUEDA EM IDOSAS	
Pietro Diniz Bataglin	
Luise Franchi Rodrigues	
Natany Masiero Piovesan	
Jaqueline Fátima Biazus	
Clandio Timm Marques	
João Rafael Sauzem Machado	
Alethéia Peters Bajotto	
DOI 10.22533/at.ed.57119191215	
CAPÍTULO 16	153
CONTROLE FÍSICO-QUÍMICOS DE LOSARTANA POTÁSSICA DISPENSADO NO PROGRAMA FARMÁCIA POPULAR DO BRASIL NA CIDADE DE CARUARU-PE	
Elisiane Gomes de Andrade	
Cristiane Oliveira dos Santos	
Lidiany da Paixão Siqueira	
DOI 10.22533/at.ed.57119191216	
CAPÍTULO 17	164
ASSOCIAÇÃO ENTRE SÍNDROME METABÓLICA, CONSUMO HABITUAL DE CARBOIDRATOS REFINADOS, PERFIL LIPÍDICO E GLICÊMICO EM IDOSOS DE URUGUAIANA/RS	
Vanessa Retamoso	
Graziela Morgana Silva Tavares	
Patrícia Maurer	
Vanusa Manfredini	
Renata Montagner	
Jacqueline da Costa Escobar Piccoli	
DOI 10.22533/at.ed.57119191217	
CAPÍTULO 18	175
CONSUMO DE ANTIDEPRESSIVOS TRICÍCLICOS POR IDOSOS EM CORONEL PILAR - RS	
Daniel Capalonga	
Juliana da Rosa Wendt	
Camile Locatelli	
Helanio Veras Rodrigues	
DOI 10.22533/at.ed.57119191218	

CAPÍTULO 19	183
EFEITO DO EXERCÍCIO FÍSICO NA DOR LOMBAR DE IDOSOS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA	
Amanda Figueiró dos Santos	
Tamara Pinheiro de Oliveira	
Clandio Timm Marques	
Alecsandra Pinheiro Vendrusculo	
DOI 10.22533/at.ed.57119191219	
CAPÍTULO 20	194
INFLUÊNCIA DA TÉCNICA DE RTA E DO USO DO THRESHOLD NA BIOMECÂNICA TORÁCICA E FUNCIONALIDADE DE PACIENTES PNEUMOPATAS: RELATO DE CASO	
Roberta Brenner Felice	
Tiago José Gomes Nardi	
Alethéia Peters Bajotto	
Lilian Oliveira de Oliveira	
Carla Mirelle Giotto Mai	
Jaqueline de Fátima Biazus	
João Rafael Sauzem Machado	
DOI 10.22533/at.ed.57119191220	
SOBRE A ORGANIZADORA.....	205
ÍNDICE REMISSIVO	206

EFEITO DO EXERCÍCIO FÍSICO EM MEIO AQUÁTICO NO RISCO DE QUEDA EM IDOSAS

Data de aceite: 18/11/2018

Pietro Diniz Bataglin

Fisioterapeuta

Jaguari – Rio Grande do Sul

Luise Franchi Rodrigues

Fisioterapeuta

Santa Maria – Rio Grande do Sul

Natany Masiero Piovesan

Fisioterapeuta

Santa Maria – Rio Grande do Sul

Jaqueline Fátima Biazus

Docente do curso de Fisioterapia, Universidade Franciscana (UFN)

Santa Maria – Rio Grande do Sul

Clandio Timm Marques

Docente do curso de Fisioterapia, Universidade Franciscana (UFN)

Santa Maria – Rio Grande do Sul

João Rafael Sauzem Machado

Docente do curso de Fisioterapia, Universidade Franciscana (UFN)

Santa Maria – Rio Grande do Sul

Alethéia Peters Bajotto

Docente do curso de Fisioterapia, Universidade Franciscana (UFN)

Santa Maria – Rio Grande do Sul

RESUMO: Objetivo: Verificar os benefícios do exercício físico em meio aquático na diminuição

do risco de queda em idosas. Metodologia: Estudo do tipo quantitativo, de intervenção quase experimental sem grupo controle. Aprovado pelo Comitê de Ética na Pesquisa com Seres Humanos (CEP) da Universidade Franciscana (UFN). A amostra foi composta por idosas que realizam exercício físico em grupo, em meio aquático. A avaliação das participantes foi realizada por Timed Up and Go (TUG). A intervenção consistiu na aplicação de protocolos de atividades de dupla tarefa por 6 meses, entre a avaliação pré-intervenção e a pós-intervenção o período foi de 9 meses. Para análise estatística aplicou-se os testes de Friedman, Wilcoxon, ANOVA *One-Way*. Resultados: O estudo dispôs de uma amostra de 17 idosas, com média de idade de 69,23±8,09 anos e residentes de Santa Maria, RS. Foram realizados 46 encontros e as participantes estiveram ao menos em 36. A análise estatística encontrou resultado significativo, sendo o $p < 0,001$, nos 4 momentos avaliados. Conclusão: O presente estudo sugere que o exercício físico seja usado como prevenção e promoção de saúde para atenuar os danos consequentes do envelhecimento e, assim, minimizar o risco de queda das idosas.

PALAVRAS-CHAVE: Fisioterapia; Envelhecimento; Hidroterapia

ABSTRACT: Objective: To verify the benefits of aquatic exercise in reducing the risk of falls in the older adults. Methodology: Quantitative study of quasi-experimental intervention without control group. Approved by the Research Ethics Committee of the Franciscan University (UFN). The sample consisted of elderly women who perform group physical exercise in the aquatic environment. Participants were evaluated by Timed Up and Go (TUG). The intervention consisted of the application of double-task activity protocols for 6 months, between the pre-intervention and post-intervention evaluation the period was 9 months. For statistical analysis, the Friedman, Wilcoxon, One-Way ANOVA tests were applied. Results: The study had a sample of 17 elderly women, with a mean age of 69.23 ± 8.09 years and residents of Santa Maria, RS, Brazil. Forty-six meetings were held and each participant performed at least 36. Statistical analysis found a significant result, $p < 0.001$, in the 4 moments evaluated. Conclusion: The present study suggests that physical exercise should be used as prevention and health promotion to ease the damage caused by aging and thus minimize the risk of falling of the older adults KEYWORDS: Physiotherapy; Aging; Hydrotherapy

1 | INTRODUÇÃO

O fenômeno da transição demográfica nos apresenta uma realidade onde a expectativa de vida se mostra elevada e as taxas de natalidade reduzidas. (BERLEZI, 2016) A estimativa atual no número de pessoas acima dos 60 anos é de mais de 900 milhões, podendo atingir aproximadamente a marca dos 2 bilhões, no ano de 2050, ou seja, mais de 20% da população mundial será considerada idosa. Com isto, o envelhecimento tornou-se uma linha de pesquisa e atuação vital, com vistas à busca por estratégias que promovam o envelhecimento de forma saudável, com qualidade de vida, função e autonomia. (BRASIL,2017;IBGE,2011;IBGE,2017;OMS,2015)

O processo de senescência ocasiona múltiplas modificações intrínsecas, como fisiológicas, físicas e cognitivas, podendo ser citadas a diminuição de massa muscular e óssea, força, flexibilidade, equilíbrio e déficit cognitivo, bem como aumenta a vulnerabilidade dos idosos a fatores externos, como as barreiras arquitetônicas. (BLOMKVIST,2017;WANG,2010)

A associação do déficit de equilíbrio postural à fraqueza muscular e ao meio externo faz com que o risco de quedas aumente e, conseqüentemente os idosos estejam suscetíveis a lesões mais graves, como fraturas. (RUBENSTEIN,2006) As quedas são caracterizadas pelo deslocamento involuntário do corpo a um nível abaixo da posição em que se encontrava, e estão relacionadas diretamente com os fatores intrínsecos e extrínsecos supracitados. (GOMES,2014)

A inatividade física juntamente com os efeitos do envelhecimento, são aspectos que predisõem a degradação das capacidades tanto em relação à redução no

desempenho físico como na habilidade motora. (OLIVEIRA DE SÁ, 2016) Dentre os recursos que podem ser propostos pela fisioterapia, encontra-se o meio aquático, sendo este um precursor no retardo e na melhora de disfunções como melhora do equilíbrio, aumento da força muscular, melhora da qualidade de vida bem como prevenção de quedas, visto que favorece o treino de diversos domínios. (FERREIRA; RAMOS, 2012; MEEREIS et al, 2013; SOUSA et al, 2017; ALCADE et al, 2016;)

Desta forma, este estudo apresentou como objetivos, verificar o benefício do exercício físico realizado em grupo, bem como investigar a possibilidade de diminuição do risco de quedas de idosas que foram submetidos à realização de exercícios físicos em meio aquático.

2 | METODOLOGIA

Estudo do tipo quantitativo, de intervenção quase experimental sem grupo controle, consistindo em 6 meses de atividades e 9 meses de intervalo de tempo entre a primeira e a última avaliação. Este protocolo de pesquisa foi aprovado pelo Comitê de Ética na Pesquisa com Seres Humanos (CEP) da Universidade Franciscana (UFN) em consonância à Resolução de número 466 de 2012, do Conselho Nacional de Saúde do Ministério da Saúde, sob o parecer (2.196.717).

A amostra foi constituída por idosas que residiam na cidade de Santa Maria, Rio Grande do sul, sendo incluídas aquelas que possuísem 60 anos completos ou mais, atingissem pelo menos 23 pontos no Mini exame do estado mental (MEEM), com disponibilidade de deslocar-se até o local das atividades e aptas à realização de atividade física moderada, atestada por um médico do último ano.

Foram excluídas as participantes que fizessem qualquer outro exercício físico durante o período da pesquisa, apresentassem quadro cardiopulmonar descompensado e utilizassem dispositivo auxiliar de marcha.

Passaram por um processo de consentimento informado as participantes que demonstraram interesse, onde foram transmitidas informações e esclarecimentos a respeito da pesquisa, e após, através da assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), consentiram fazer parte do estudo.

As avaliações das mesmas foram realizadas antes do início das atividades (agosto de 2017 – AV1); após 3 meses de intervenção (dezembro de 2017 – AV2); ao retorno das atividades acadêmicas (março de 2018 – AV3) e no final das atividades (maio de 2018 – AV4). As participantes foram avaliadas nas variáveis: dados sócio-demográficos; e o Teste funcional de mobilidade – Time Up and Go Test (TUG test).

O “*TUG test*” é uma ferramenta clínica, onde para avaliação do risco de quedas através de caminhada e transições em linha reta. (FRANCIULLI et al. 2015) Os critérios a serem seguidos sugerem que valores menores de 20 segundos na

realização do teste, o risco para quedas é baixo; 20 a 29 segundos refere-se há moderado risco de quedas; 30 segundos ou mais, há elevado risco para quedas. (BEGATE; RICARDO; SAWAZKI, 2009)

As intervenções aconteceram em meio aquático, no Laboratório de Ensino e Pesquisa (LEP) da Universidade Franciscana (UFN) duas vezes por semana com duração média de 45 minutos, durante aproximadamente 14 meses e intervalos proporcionais aos recessos institucionais. Foram aplicados quatro protocolos diferentes, com duração de uma semana cada um, sendo assim, mês a mês as atividades eram rerepresentadas novamente às participantes. A sessão dividia-se em quatro partes: aquecimento com atividade de placas e cores; atividades específicas de dupla tarefa; fortalecimentos gerais associados a exercícios aeróbicos e, ao final, alongamentos gerais.

Utilizou-se o software Product and Service Solutions (SPSS) Versão 23.0 como ferramenta computacional para análise dos dados, sendo estudadas na pesquisa as variáveis: idade e TUG onde foram avaliadas através da análise descritiva, por meio dos cálculos de média, desvio padrão, mínimo, máximo demonstrados em forma de gráficos e tabela. Visto que havia interesse em verificar a significância dos resultados, foi necessário averiguar a normalidade dos dados através do teste de Shapiro-Wilk, sendo que estes foram analisados em 4 momentos distintos. As diferenças foram consideradas significativas quando os resultados apresentaram o valor $p < 0,05$.

3 | RESULTADOS

Primeiramente, foram selecionadas 22 idosas, onde 5 acabaram excluídas por não se encaixarem nos critérios da pesquisa, assim sendo, o presente estudo foi composto por uma amostra de 17 idosas, tendo média de idade de $69,23 \pm 8,09$ anos, 70,59% casadas, 88,23% de etnia branca e todas residentes da cidade de Santa Maria, RS.

Durante o período de intervenção foram realizados 46 encontros, para serem consideradas na contagem da amostra as participantes precisavam estar presente em ao menos 36 encontros.

A análise estatística dos dados do TUG test que avalia o risco de queda por meio da cronometragem da marcha em 6 metros encontrou-se resultados significativo, sendo o $p < 0,001$, na comparação da 1ª avaliação (AV1) quando correlacionada com a 4ª avaliação (AV4), que diz respeito ao 9º mês de intervenções. Entretanto, é possível observar significância também se compararmos a 2ª avaliação (AV2) e 3ª avaliação (AV3) com as demais, mostrando assim, que houve uma melhora significativa nos escores, representados na Tabela 1.

	TUG AV1	TUG AV2	TUG AV3	TUG AV4
TUG AV1		p < 0,001	p = 0,001	p < 0,001
TUG AV2			p = 0,01	p < 0,001
TUG AV3				p < 0,001
TUG AV4				

Tabela1. Valores de p quando comparados todos os momentos entre si.

Encontram-se retratados na Tabela2, os valores das médias, desvio padrão, máximos e mínimos das 4 avaliações do TUG test, sendo possível observar melhora numérica nos escores referentes ao risco de quedas das participantes nos diferentes momentos, levando em consideração que, em relação ao TUG, quanto menor o valor, melhor o desempenho das mesmas na realização do teste.

Avaliações TUG	Média ± DP	Mínimo	Máximo
TUG_AV1	13,29 ± 4,26	9,03	22,2
TUG_AV2	11,17 ± 3,29	8,08	19,27
TUG_AV3	9,61 ± 1,84	7,84	14,11
TUG_AV4	7,65 ± 2,08	4,65	12,23

Tabela2. Valores do TUG test para médias, desvio padrão, máximos e mínimos nas quatro avaliações

4 | DISCUSSÃO

O processo de envelhecimento ocorre de maneira irreversível, trazendo consigo diferentes manifestações em todos os indivíduos, desencadeadas por alterações funcionais, químicas e neurobiológicas, influenciadas por fatores ambientais e socioculturais, como a qualidade e estilo de vida, alimentação, sedentarismo e exercício físico, sendo estes, grandes precursores na determinação de um envelhecimento sadio ou patológico. (MACIEL et al. 2014)

Este protocolo de pesquisa buscou investigar a influência do exercício físico quando realizados em meio aquático, no risco de quedas de idosas, por meio de exercícios físicos gerais e de dupla tarefa, evidenciando melhora nos resultados do Timed Up and Go (TUG test).

O TUG test é de fácil e rápida aplicação com boa validade clínica, que objetiva avaliar o equilíbrio sentado, transferências da posição de sedestação para

bipedestação, bem como a estabilidade na deambulação e mudanças relacionadas à marcha. (BEGATE; RICARDO; SAWAZKI, 2009) As quedas são eventos que ocorrem mais freqüentemente em indivíduos com idade superior a 60 anos, sendo estas relativas às modificações decorrentes do envelhecimento. (GOMES et al. 2014; OLIVEIRA et al. 2015) Os resultados levantados pela análise de quatro momentos diferentes, evidenciam que, em relação ao risco de queda, o exercício físico em meio aquático conseguiu reduzi-lo, sugerindo que esta estratégia que deve ser considerada ao planejar atividades a faixa etária dos idosos, visto que aparenta ser de boa aceitação pelos mesmos.

A diminuição na capacidade física nos indivíduos que envelhecem é inevitável, porém, há possibilidade de retardar o avanço desse processo. O exercício físico realizado de forma regular e intercalando entre exercícios aeróbicos e exercícios resistidos podem alcançar resultados satisfatórios como uma melhora de até 30 anos no desempenho físico dos idosos, ou seja, pessoas ativas de 80 anos podem ter a mesma performance que pessoas sedentárias na faixa etária dos 50 anos. (PORCIUNCULA; RAO; MCISAAC, 2016) Os exercícios de dupla-tarefa realizados em meio aquático, que utilizados como base no treinamento das idosas deste estudo, parecem atuar positivamente na cognição bem como, no equilíbrio, influenciando na prevenção de quedas.

O risco de quedas sofre influências positivas e negativas de vários elementos essenciais no processo de um envelhecimento saudável sendo o equilíbrio um dos principais elementos, quanto em déficit acarreta em um maior risco de quedas e, conseqüentemente, de lesões. (FARIA; SANTOS; PATINO, 2017; FISKEN et al. 2015) No presente estudo a totalidade das participantes foi considerada saudável, estudos que compuseram suas amostras com pessoas que possuem patologias, como esclerose múltipla e Acidente vascular encefálico (AVE) tiveram resultados satisfatórios em fatores como equilíbrio, capacidade funcional e marcha que são influenciadores no risco de quedas. (KARGARFARD,2018; ZHU,2018)

Em estudo elaborado por Franciulli et al (2015), foi utilizado a ferramenta TUG test como forma de avaliação do equilíbrio e agilidade de 12 idosos saudáveis quanto a eficácia de exercícios físicos executados tanto em meio aquático quanto em solo, sendo estes indivíduos dispostos em dois grupos e comparados entre si. Ao final do estudo, obteve como resultado a melhoria nos valores de ambos os grupos, ou seja, redução no tempo de realização do teste, concluindo que ambos meios são eficazes na diminuição do risco de quedas. Embora esta pesquisa tenha sido elaborada apenas com idosas praticantes de exercícios físicos em meio aquático, os resultados convergem quanto ao benefício dos mesmos no risco de quedas.

Kargarfard et.al. (2018) avaliou capacidade funcional, equilíbrio e a fadiga em 32 mulheres com esclerose múltipla, onde o treinamento foi realizado em meio

aquático durante 8 semanas, com 3 sessões semanais de 45 a 50 minutos. Em outra pesquisa realizada por Zhu et.al. (2018) em meio aquático, encontrou-se resultados que demonstraram maiores benefícios em pessoas que haviam sofrido AVE com relação às variáveis: equilíbrio e marcha quando comparadas com aquelas que realizaram tratamento no solo. A intervenção da mesma, ocorreu durante 4 semanas, sendo aplicada por 45 minutos em 5 dias de cada semana.

Em seu estudo, Kyoung, Dong-kyu e Eun-Kyung (2016), analisou a melhora na marcha e equilíbrio em ambiente aquático de 20 idosos pós AVE, onde foram comparados intragrupo, obtendo como resultados melhoras significativas no equilíbrio e na marcha dos participantes, evidenciando menor risco de quedas destes. Conforme os resultados deste estudo, foi possível observar que exercícios físicos quando praticados em grupo na água, são capazes de reduzir o risco de quedas, evidenciados pelas melhorias dos escores das avaliações do TUG test.

Siqueira et al. (2017), objetivou avaliar o efeito de um programa de fisioterapia em meio aquático quanto ao equilíbrio e capacidade funcional de idosos, verificando que o grupo experimental apresentou obtendo significância nos resultados pós-intervenção quanto à melhora no equilíbrio dos participantes. Em concordância ao estudo anterior, programas de exercícios em meio aquático para promoção à saúde e prevenção de disfunções advindas do envelhecimento podem ser eficazes na redução nos escores das avaliações do TUG test, minimizando o impacto da senescência na rotina de idosos.

No estudo de Costa et al (2017), comparou-se o risco de quedas, indicativos de depressão e mobilidade na marcha de dois grupos sendo estes subdivididos em: idosos institucionalizados e idosos freqüentadores de um grupo socioterápico, evidenciando que os não institucionalizados apresentaram menor risco de quedas, melhor mobilidade na marcha e menos sinais depressivos quando contrapostos aos institucionalizados. Evidenciou-se nos resultados das 4 avaliações do presente estudo que os exercícios físicos realizados em grupo no meio aquático são eficientes na promoção da melhora no risco de quedas e na cognição de idosos.

5 | CONCLUSÃO

O presente estudo sugere que o exercício físico em meio aquático seja usado como prevenção e promoção de saúde para a população idosa com o propósito de atenuação dos danos conseqüentes do processo de envelhecimento e, assim, tornar possível minimizar o risco de queda e, desta forma, reduzindo assim às chances de lesões que possuam maior periculosidade as idosas.

REFERÊNCIAS

- ALCADE, G.E. **Efetividade da fisioterapia aquática na intensidade da dor, aptidão funcional e qualidade de vida em idosos com osteoartrite de joelho: ensaio clínico controlado aleatório.** 62f. Dissertação (Mestrado em Fisioterapia - Área de concentração: Saúde Funcional) - Universidade do Sagrado Coração, 2016.
- ALCADE, G.E. et al. **Impacto do programa de fisioterapia aquática na mobilidade funcional de idosos da comunidade.** Revista Kairós Gerontologia, São Paulo, v.19, n.4, p. 243-253. Out/Dez. 2016.
- Begate P.S, Ricardo A.C.M, Sawazki G. **Avaliação do desempenho funcional de idosos institucionalizados e não institucionalizados através do teste de mobilidade timed up and go (TUG).** Revista Funcional, v.2,n.2,p.43-52. 2009.
- BERLEZI, E.M. et al. **Como está a capacidade funcional de idosos residentes em comunidades com taxa de envelhecimento populacional acelerado?.** Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia, Rio de Janeiro, v.19, n.4, p.643-652. 2016.
- Blomkvist A.W. et al. **Reference data on reaction time and aging using the nintendo wii balance board: a cross-sectional study of 354 subjects from 20 to 99 years of age.** PLOS One, v.12,n.12,p.1-13. 2017.
- BRASIL. Brasil 2050: **Desafios de uma nação que envelhece.** Câmara dos Deputados. Brasil 2017.
- Costa C. et al. **Mobilidade na marcha, risco de quedas e depressão em idosos institucionalizados e não institucionalizados.** Saúde e pesquisa, v.10,n.2,p.293-300. 2017.
- Franciulli P. et al. **Efetividade da hidroterapia e da cinesioterapia na reabilitação de idosos com histórico de quedas.** Estudos interdisciplinares sobre o envelhecimento, v.20,n.3,p.671-686. 2015.
- Gomes E.C.C. et al. **Fatores associados ao risco de quedas em idosos institucionalizados: uma revisão integrativa.** Ciência e Saúde Coletiva.v.19,n.8,p.3543-3551. 2014.
- Gomes E.C. et al. **Fatores associados ao risco de quedas em idosos institucionalizados:uma revisão integrativa.** Revista Ciência & Saúde Coletiva, v.1,n.8,p.3543-3551. 2014.
- Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). **Censo Demográfico 2010: Características da população e dos domicílios.** 2011.
- Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). **Tábua completa de mortalidade para o Brasil-2016: Breve análise da evolução da mortalidade no Brasil.** 2017.
- Kyoung K, Dong-Kyu L, Eun-Kyung, K. **Effect of aquatic dual-task training on balance and gait in stroke patients.** Journal of Physical Therapy Science, v.28,n.4,p.:2044–2047.2016.
- Maciel A.M. et al. **Impact of Dual Task on Parkinson’s Disease, Stroke and Ataxia Patients’ Gait: A Comparative Analysis.** Psychology/Psicologia Reflexão e Crítica, v.27,n.2,p.351-357. 2014.
- MEEREIS, E.C.W et al. **Análise do equilíbrio dinâmico de idosas institucionalizadas após hidrocinesioterapia.** Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia, Rio de Janeiro, v.16 n.1 Jan./Mar. 2013.
- MEEREIS, E.C.W et al. **Influência da hidrocinesioterapia no equilíbrio postural de idosas institucionalizadas.** Motriz: Revista de Educação Física, Rio Claro, v.19 n.2 Abr/Jun. 2013.

Oliveira A.S et al. **Fatores ambientais e risco de quedas em idosos: revisão sistemática.** Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia, v.17,n.3,p.637-645. 2015.

OLIVEIRA DE SÁ, P.H.V; CURY, G.C; RIBEIRO, L.C.C. **Atividade física de idosos e a promoção da saúde nas Unidades Básicas.** Trabalho, Educação e Saúde, Rio de Janeiro, v.14 n.2 Mai/Ago. 2016

Organização Mundial da Saúde (OMS). **Relatório Mundial de envelhecimento e saúde.** 2015.

Porciuncula F.S, Rao A.K, McIsaac T.L. **Aging-related decrements during specific phases of the dual-task Timed Up-and-Go test.** Aging clinical and experimental research, v.28,p.121-130. 2016.

Rubenstein L.Z. **Falls in older people: epidemiology, risk factors and strategies for prevention.** Age and Ageing;v.35,n.2,p.37-41. 2006.

Siqueira A.F et al. **Efeito de um programa de fisioterapia aquática no equilíbrio e capacidade funcional de idosos.** Saúde e pesquisa, v.10,n.2,p.331-338. 2017.

SOUSA, D. O et al. **Influência da hidroginástica/hidroterapia no equilíbrio postural em idosos.** Revista Brasileira de Fisiologia do Exercício, v. 16, n. 2, p. 89-94, 2017.

Wang J, Chen Z, Song Y. **Falls in aged people of the Chinese mainland: epidemiology, risk factors and clinical strategies.** Ageing Research Reviews, v.9,n.1,p.13-17. 2010.

SOBRE A ORGANIZADORA

MARILANDE CARVALHO DE ANDRADE SILVA - Mestre em Ergonomia pelo Programa de Pós-Graduação da Universidade Federal de Pernambuco-UFPE (2018). Especialista em Clínica Cirúrgica, Sala de Recuperação Pós-Anestésica e Central de Materiais e Esterilização pelo Instituto de Ensino Superior Santa Cecília (2010). Especialista em Unidade de Terapia Intensiva pelo Instituto Brasileiro de Pós-Graduação e extensão (2007). Especialista em Programa de Saúde da Família pelo Centro de Ensino Superior e Desenvolvimento (2006) e Graduada em Enfermagem pela Fundação de Ensino Superior de Olinda - FUNESO (2004). Atualmente trabalha no Hospital das Clínicas da UFPE, na Central de Materiais e Esterilização. Concursada pela UFPE desde 1992. Atuou como Enfermeira na Urgência/Emergência do HSE pela COOPSERSA (2005-2007). Atuou como Coordenadora de Enfermagem do Centro Cirúrgico e CME no Hospital Prontolinda (2007-2010). Atuou como Enfermeira de Central de Materiais e Esterilização do HSE (2012).

ÍNDICE REMISSIVO

A

Aposentadoria 7, 81, 82, 83, 85, 86, 87, 88, 89, 90, 91, 92
Avaliação Geriátrica 133

B

Bem-estar 7, 10, 14, 44, 45, 46, 50, 51, 53, 61, 62, 74, 83, 86, 87, 91, 105, 126, 127, 135
Bem-estar subjetivo 44, 45, 46, 50, 51, 53

C

Carboidratos 164, 165, 166, 168, 169, 170, 172
Consumo Alimentar 164, 165, 166, 168, 171, 172
Cuidado 13, 24, 25, 26, 30, 32, 33, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 60, 63, 67, 71, 75, 79, 80, 112, 116, 117, 118, 120, 123, 126, 127, 128, 129, 132, 134
Cuidados de Enfermagem 58, 67

D

Demência 46, 93, 94, 97, 98, 99, 101, 133
Depressão 31, 32, 60, 61, 98, 125, 150, 151, 175, 176, 177, 181, 182, 189
Desempenho físico funcional 104
Direitos 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 13, 15, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 29, 30, 33, 34, 38, 58, 65, 71, 74, 75, 84, 87, 88, 168
Dispensação 154, 175, 178, 179, 180
Doença de Alzheimer 18, 21, 93, 94, 133
Dor Lombar 183, 184, 185, 186, 188, 189, 190, 191, 193

E

Empatia 56, 57, 74, 76, 126
Enfermagem 32, 34, 35, 37, 40, 41, 43, 54, 58, 59, 60, 67, 69, 70, 71, 72, 73, 74, 75, 76, 77, 78, 79, 80, 115, 119, 129, 130, 131, 133, 192, 205
Envelhecimento 2, 3, 4, 5, 6, 10, 11, 13, 14, 16, 18, 20, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 33, 34, 36, 37, 40, 44, 45, 46, 56, 57, 62, 63, 66, 73, 77, 81, 82, 83, 84, 85, 86, 88, 90, 91, 92, 97, 105, 110, 113, 124, 125, 129, 133, 135, 144, 145, 148, 149, 150, 151, 152, 153, 172, 173, 176, 177, 178, 181, 183, 184, 185, 189, 191, 192
Envelhecimento Populacional 2, 22, 24, 25, 56, 57, 66, 113, 133, 151, 176, 178
Equipe de Assistência ao Paciente 37
Equipe Multiprofissional 34, 76, 112, 116
Estratégia de Saúde da Família 37, 39, 115, 116, 118
Exercício Físico 62, 119, 122, 123, 144, 146, 148, 149, 150, 183, 184, 185, 188, 189, 190, 191, 192
Exercício Respiratório 194

F

Farmácia Popular 153, 155, 156, 162, 163

Farmacologia 175, 182

Fisioterapia 59, 77, 115, 144, 146, 150, 151, 152, 164, 188, 192, 194, 196, 198, 201, 202

G

Genéricos 153, 155, 156, 161, 162

H

Hidroterapia 144, 151, 152

Hipertensão Arterial 14, 20, 38, 117, 124, 129, 153, 154, 156, 162, 163, 165, 167

Hospitalização 104, 106, 108, 109, 110, 111, 112

I

Idoso 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 40, 41, 42, 44, 47, 48, 49, 53, 56, 57, 58, 60, 61, 62, 63, 64, 65, 66, 67, 69, 71, 72, 87, 91, 93, 95, 96, 97, 98, 100, 101, 104, 105, 106, 107, 108, 109, 110, 111, 112, 113, 116, 130, 131, 133, 134, 135, 145, 149, 150, 151, 152, 153, 154, 163, 164, 165, 166, 167, 168, 169, 170, 172, 173, 175, 176, 177, 178, 179, 181, 182, 183, 184, 185, 186, 188, 190, 191, 192, 193, 202

Idoso Fragilizado 67

Impulsividade 131

Inclusão 13, 14, 17, 18, 29, 102, 120, 135, 156, 183, 185, 186, 187, 196

Instituição de Longa Permanência para Idosos 24, 32, 35

Integração Social 7, 84

L

Losartana Potássica 153

M

Mobilidade 13, 15, 19, 20, 26, 31, 58, 60, 65, 66, 110, 111, 146, 150, 151, 183, 184, 188, 189, 191, 194, 196, 200, 201

P

Pacientes Psicogerítricos 131

Pessoa Idosa 6, 8, 9, 11, 12, 13, 15, 16, 19, 21, 22, 25, 34, 36, 38, 39, 42, 43, 60, 63, 91, 129, 130, 175

Pessoas em Situação de Rua 67, 68, 69, 70, 80

Planejamento de Assistência ao Paciente 67

Pneumopatia 194

Política Nacional do Idoso 9, 13, 15, 16, 25, 32, 33, 87, 91

Processos de Enfermagem 67
Programa de Preparação 81, 85, 88
Propriedades psicométricas 93, 96, 101, 102

R

Reminiscência 44, 45, 46, 47, 48, 50, 51, 52, 53

S

Saúde 2, 6, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 24, 26, 27, 28, 30, 31, 32, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 57, 58, 61, 62, 63, 68, 69, 71, 72, 73, 74, 75, 76, 77, 79, 80, 82, 83, 84, 86, 87, 88, 91, 92, 95, 98, 99, 102, 104, 105, 106, 108, 110, 113, 115, 116, 117, 118, 119, 120, 121, 122, 123, 124, 125, 126, 127, 128, 129, 130, 131, 132, 133, 135, 144, 146, 150, 151, 152, 153, 154, 155, 162, 163, 164, 165, 166, 172, 173, 176, 177, 181, 184, 185, 189, 191, 192, 195, 196, 202, 203, 205
Serviço Público 81, 91
Serviços de Saúde para idosos 24
Síndrome Metabólica 164, 165, 166, 167, 169, 170, 171, 172

T

Terapia Manual 194, 196, 202
Teste (TYM) Test Your Memory 93, 94, 95, 96, 97, 98, 99, 100, 101, 102
Triagem cognitiva auto administrada 93

U

Utilidade diagnóstica 93, 95, 101, 102

Agência Brasileira do ISBN
ISBN 978-85-7247-857-1



9 788572 478571