

PROBLEMAS E OPORTUNIDADES DA SAÚDE BRASILEIRA 6

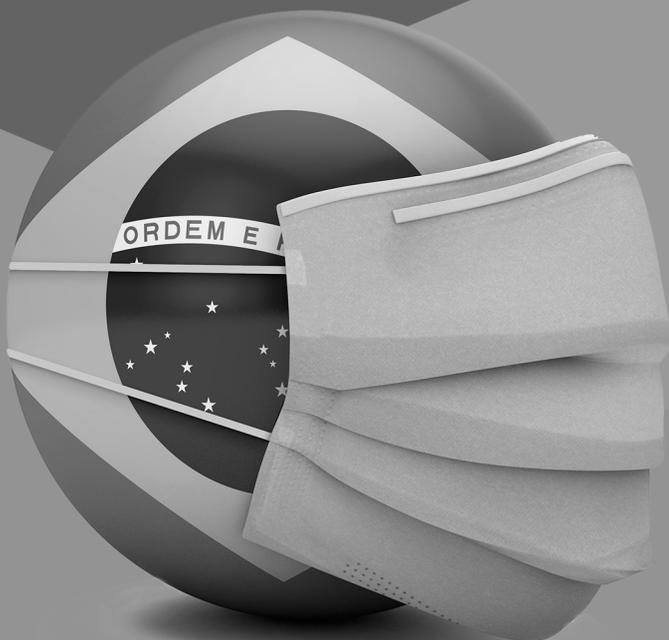
Luis Henrique Almeida Castro
Fernanda Viana de Carvalho Moreto
Thiago Teixeira Pereira
(Organizadores)



Atena
Editora
Ano 2020

PROBLEMAS E OPORTUNIDADES DA SAÚDE BRASILEIRA 6

Luis Henrique Almeida Castro
Fernanda Viana de Carvalho Moreto
Thiago Teixeira Pereira
(Organizadores)



Atena
Editora
Ano 2020

Editora Chefe
Profª Drª Antonella Carvalho de Oliveira

Assistentes Editoriais

Natalia Oliveira

Bruno Oliveira

Flávia Roberta Barão

Bibliotecária

Janaina Ramos

Projeto Gráfico e Diagramação

Natália Sandrini de Azevedo

Camila Alves de Cremo

Luiza Alves Batista

Maria Alice Pinheiro

Imagens da Capa

Shutterstock

Edição de Arte

Luiza Alves Batista

Revisão

Os Autores

2020 by Atena Editora

Copyright © Atena Editora

Copyright do Texto © 2020 Os autores

Copyright da Edição © 2020 Atena Editora

Direitos para esta edição cedidos à Atena Editora pelos autores.



Todo o conteúdo deste livro está licenciado sob uma Licença de Atribuição *Creative Commons*. Atribuição-Não-Comercial-NãoDerivativos 4.0 Internacional (CC BY-NC-ND 4.0).

O conteúdo dos artigos e seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva dos autores, inclusive não representam necessariamente a posição oficial da Atena Editora. 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.

A Atena Editora não se responsabiliza por eventuais mudanças ocorridas nos endereços convencionais ou eletrônicos citados nesta obra.

Todos os manuscritos foram previamente submetidos à avaliação cega pelos pares, membros do Conselho Editorial desta Editora, tendo sido aprovados para a publicação.

Conselho Editorial

Ciências Humanas e Sociais Aplicadas

Prof. Dr. Alexandre Jose Schumacher – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Paraná

Prof. Dr. Américo Junior Nunes da Silva – Universidade do Estado da Bahia

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. Carlos Antonio de Souza Moraes – Universidade Federal Fluminense
Profª Drª Cristina Gaio – Universidade de Lisboa
Prof. Dr. Daniel Richard Sant’Ana – Universidade de Brasília
Prof. Dr. Deyvison de Lima Oliveira – Universidade Federal de Rondônia
Profª Drª Dilma Antunes Silva – Universidade Federal de São Paulo
Prof. Dr. Edvaldo Antunes de Farias – Universidade Estácio de Sá
Prof. Dr. Elson Ferreira Costa – Universidade do Estado do Pará
Prof. Dr. Eloi Martins Senhora – Universidade Federal de Roraima
Prof. Dr. Gustavo Henrique Cepolini Ferreira – Universidade Estadual de Montes Claros
Profª Drª Ivone Goulart Lopes – Istituto Internazionele delle Figlie de Maria Ausiliatrice
Prof. Dr. Jadson Correia de Oliveira – Universidade Católica do Salvador
Prof. Dr. Julio Candido de Meirelles Junior – Universidade Federal Fluminense
Profª Drª Lina Maria Gonçalves – Universidade Federal do Tocantins
Prof. Dr. Luis Ricardo Fernandes da Costa – Universidade Estadual de Montes Claros
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. Marcelo Pereira da Silva – Pontifícia Universidade Católica de Campinas
Profª Drª Maria Luzia da Silva Santana – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul
Profª Drª Paola Andressa Scortegagna – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Rita de Cássia da Silva Oliveira – Universidade Estadual de Ponta Grossa
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. William Cleber Domingues Silva – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Prof. Dr. Willian Douglas Guilherme – Universidade Federal do Tocantins

Ciências Agrárias e Multidisciplinar

Prof. Dr. Alexandre Igor Azevedo Pereira – Instituto Federal Goiano
Profª Drª Carla Cristina Bauermann Brasil – Universidade Federal de Santa Maria
Prof. Dr. Antonio Pasqualetto – Pontifícia Universidade Católica de Goiás
Prof. Dr. Cleberton Correia Santos – Universidade Federal da Grande Dourados
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
Prof. Dr. Fágner Cavalcante Patrocínio dos Santos – Universidade Federal do Ceará
Profª Drª Girlene Santos de Souza – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Prof. Dr. Jael Soares Batista – Universidade Federal Rural do Semi-Árido
Prof. Dr. Júlio César Ribeiro – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Profª Drª Lina Raquel Santos Araújo – Universidade Estadual do Ceará
Prof. Dr. Pedro Manuel Villa – Universidade Federal de Viçosa
Profª Drª Raissa Rachel Salustriano da Silva Matos – Universidade Federal do Maranhão
Prof. Dr. Ronilson Freitas de Souza – Universidade do Estado do Pará
Profª Drª Talita de Santos Matos – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Prof. Dr. Tiago da Silva Teófilo – Universidade Federal Rural do Semi-Árido
Prof. Dr. Valdemar Antonio Paffaro Junior – Universidade Federal de Alfenas

Ciências Biológicas e da Saúde

Prof. Dr. André Ribeiro da Silva – Universidade de Brasília
Prof^ª Dr^ª Anelise Levay Murari – Universidade Federal de Pelotas
Prof. Dr. Benedito Rodrigues da Silva Neto – Universidade Federal de Goiás
Prof^ª Dr^ª Débora Luana Ribeiro Pessoa – Universidade Federal do Maranhão
Prof. Dr. Douglas Siqueira de Almeida Chaves -Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Prof. Dr. Edson da Silva – Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri
Prof^ª Dr^ª Eleuza Rodrigues Machado – Faculdade Anhanguera de Brasília
Prof^ª Dr^ª Elane Schwinden Prudêncio – Universidade Federal de Santa Catarina
Prof^ª Dr^ª Eysler Gonçalves Maia Brasil – Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira
Prof. Dr. Ferlando Lima Santos – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Prof^ª Dr^ª Gabriela Vieira do Amaral – Universidade de Vassouras
Prof. Dr. Gianfábio Pimentel Franco – Universidade Federal de Santa Maria
Prof. Dr. Helio Franklin Rodrigues de Almeida – Universidade Federal de Rondônia
Prof^ª Dr^ª Iara Lúcia Tescarollo – Universidade São Francisco
Prof. Dr. Igor Luiz Vieira de Lima Santos – Universidade Federal de Campina Grande
Prof. Dr. Jefferson Thiago Souza – Universidade Estadual do Ceará
Prof. Dr. Jesus Rodrigues Lemos – Universidade Federal do Piauí
Prof. Dr. Jônatas de França Barros – Universidade Federal do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. José Max Barbosa de Oliveira Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará
Prof. Dr. Luís Paulo Souza e Souza – Universidade Federal do Amazonas
Prof^ª Dr^ª Magnólia de Araújo Campos – Universidade Federal de Campina Grande
Prof. Dr. Marcus Fernando da Silva Praxedes – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Prof^ª Dr^ª Maria Tatiane Gonçalves Sá – Universidade do Estado do Pará
Prof^ª Dr^ª Mylena Andréa Oliveira Torres – Universidade Ceuma
Prof^ª Dr^ª Natiéli Piovesan – Instituto Federaci do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. Paulo Inada – Universidade Estadual de Maringá
Prof. Dr. Rafael Henrique Silva – Hospital Universitário da Universidade Federal da Grande Dourados
Prof^ª Dr^ª Regiane Luz Carvalho – Centro Universitário das Faculdades Associadas de Ensino
Prof^ª Dr^ª Renata Mendes de Freitas – Universidade Federal de Juiz de Fora
Prof^ª Dr^ª Vanessa Lima Gonçalves – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Prof^ª Dr^ª 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. Carlos Eduardo Sanches de Andrade – Universidade Federal de Goiás
Prof^ª Dr^ª Carmen Lúcia Voigt – Universidade Norte do Paraná
Prof. Dr. Douglas Gonçalves da Silva – Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia
Prof. Dr. Eloi Rufato Junior – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Prof^ª Dr^ª Érica de Melo Azevedo – Instituto Federal do Rio de Janeiro
Prof. Dr. Fabrício Menezes Ramos – Instituto Federal do Pará
Prof^ª Dr^ª Jéssica Verger Nardeli – Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho
Prof. Dr. Juliano Carlo Rufino de Freitas – Universidade Federal de Campina Grande
Prof^ª Dr^ª Luciana do Nascimento Mendes – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Norte

Prof. Dr. Marcelo Marques – Universidade Estadual de Maringá
Profª Drª Neiva Maria de Almeida – Universidade Federal da Paraíba
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte
Profª Drª Priscila Tessmer Scaglioni – Universidade Federal de Pelotas
Prof. Dr. Takeshy Tachizawa – Faculdade de Campo Limpo Paulista

Linguística, Letras e Artes

Profª Drª Adriana Demite Stephani – Universidade Federal do Tocantins
Profª Drª Angeli Rose do Nascimento – Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro
Profª Drª Carolina Fernandes da Silva Mandaji – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Profª Drª Denise Rocha – Universidade Federal do Ceará
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 Keyla Christina Almeida Portela – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Paraná
Profª Drª Miranilde Oliveira Neves – Instituto de Educação, Ciência e Tecnologia do Pará
Profª Drª Sandra Regina Gardacho Pietrobon – Universidade Estadual do Centro-Oeste
Profª Drª Sheila Marta Carregosa Rocha – Universidade do Estado da Bahia

Conselho Técnico Científico

Prof. Me. Abrãao Carvalho Nogueira – Universidade Federal do Espírito Santo
Prof. Me. Adalberto Zorzo – Centro Estadual de Educação Tecnológica Paula Souza
Prof. Me. Adalto Moreira Braz – Universidade Federal de Goiás
Prof. Dr. Adaylson Wagner Sousa de Vasconcelos – Ordem dos Advogados do Brasil/Seccional Paraíba
Prof. Dr. Adilson Tadeu Basquerote Silva – Universidade para o Desenvolvimento do Alto Vale do Itajaí
Prof. Me. Alexsandro Teixeira Ribeiro – Centro Universitário Internacional
Prof. Me. André Flávio Gonçalves Silva – Universidade Federal do Maranhão
Profª Ma. Andréa Cristina Marques de Araújo – Universidade Fernando Pessoa
Profª Drª Andreza Lopes – Instituto de Pesquisa e Desenvolvimento Acadêmico
Profª Drª Andrezza Miguel da Silva – Faculdade da Amazônia
Profª Ma. Anelisa Mota Gregoleti – Universidade Estadual de Maringá
Profª Ma. Anne Karynne da Silva Barbosa – Universidade Federal do Maranhão
Prof. Dr. Antonio Hot Pereira de Faria – Polícia Militar de Minas Gerais
Prof. Me. Armando Dias Duarte – Universidade Federal de Pernambuco
Profª Ma. Bianca Camargo Martins – UniCesumar
Profª Ma. Carolina Shimomura Nanya – Universidade Federal de São Carlos
Prof. Me. Carlos Antônio dos Santos – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Prof. Ma. Cláudia de Araújo Marques – Faculdade de Música do Espírito Santo
Profª Drª Cláudia Taís Siqueira Cagliari – Centro Universitário Dinâmica das Cataratas
Prof. Me. Clécio Danilo Dias da Silva – Universidade Federal do Rio Grande do Norte
Prof. Me. Daniel da Silva Miranda – Universidade Federal do Pará
Profª Ma. Daniela da Silva Rodrigues – Universidade de Brasília
Profª Ma. Daniela Remião de Macedo – Universidade de Lisboa
Profª Ma. Dayane de Melo Barros – Universidade Federal de Pernambuco

Prof. Me. Douglas Santos Mezacas – Universidade Estadual de Goiás
Prof. Me. Edevaldo de Castro Monteiro – Embrapa Agrobiologia
Prof. Me. Eduardo Gomes de Oliveira – Faculdades Unificadas Doctum de Cataguases
Prof. Me. Eduardo Henrique Ferreira – Faculdade Pitágoras de Londrina
Prof. Dr. Edwaldo Costa – Marinha do Brasil
Prof. Me. Eliel Constantino da Silva – Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita
Prof. Me. Ernane Rosa Martins – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Goiás
Prof. Me. Euvaldo de Sousa Costa Junior – Prefeitura Municipal de São João do Piauí
Profª Ma. Fabiana Coelho Couto Rocha Corrêa – Centro Universitário Estácio Juiz de Fora
Prof. Dr. Fabiano Lemos Pereira – Prefeitura Municipal de Macaé
Prof. Me. Felipe da Costa Negrão – Universidade Federal do Amazonas
Profª Drª Germana Ponce de Leon Ramírez – Centro Universitário Adventista de São Paulo
Prof. Me. Gevair Campos – Instituto Mineiro de Agropecuária
Prof. Me. Givanildo de Oliveira Santos – Secretaria da Educação de Goiás
Prof. Dr. Guilherme Renato Gomes – Universidade Norte do Paraná
Prof. Me. Gustavo Krahl – Universidade do Oeste de Santa Catarina
Prof. Me. Helton Rangel Coutinho Junior – Tribunal de Justiça do Estado do Rio de Janeiro
Profª Ma. Isabelle Cerqueira Sousa – Universidade de Fortaleza
Profª Ma. Jaqueline Oliveira Rezende – Universidade Federal de Uberlândia
Prof. Me. Javier Antonio Alborno – University of Miami and Miami Dade College
Prof. Me. Jhonatan da Silva Lima – Universidade Federal do Pará
Prof. Dr. José Carlos da Silva Mendes – Instituto de Psicologia Cognitiva, Desenvolvimento Humano e Social
Prof. Me. Jose Elyton Batista dos Santos – Universidade Federal de Sergipe
Prof. Me. José Luiz Leonardo de Araujo Pimenta – Instituto Nacional de Investigación Agropecuaria Uruguay
Prof. Me. José Messias Ribeiro Júnior – Instituto Federal de Educação Tecnológica de Pernambuco
Profª Drª Juliana Santana de Curcio – Universidade Federal de Goiás
Profª Ma. Juliana Thaisa Rodrigues Pacheco – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Kamilly Souza do Vale – Núcleo de Pesquisas Fenomenológicas/UFPA
Prof. Dr. Kárpio Márcio de Siqueira – Universidade do Estado da Bahia
Profª Drª Karina de Araújo Dias – Prefeitura Municipal de Florianópolis
Prof. Dr. Lázaro Castro Silva Nascimento – Laboratório de Fenomenologia & Subjetividade/UFPR
Prof. Me. Leonardo Tullio – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Ma. Lillian Coelho de Freitas – Instituto Federal do Pará
Profª Ma. Liliani Aparecida Sereno Fontes de Medeiros – Consórcio CEDERJ
Profª Drª Lívia do Carmo Silva – Universidade Federal de Goiás
Prof. Dr. Lucio Marques Vieira Souza – Secretaria de Estado da Educação, do Esporte e da Cultura de Sergipe
Prof. Me. Luis Henrique Almeida Castro – Universidade Federal da Grande Dourados
Prof. Dr. Luan Vinicius Bernardelli – Universidade Estadual do Paraná
Prof. Dr. Michel da Costa – Universidade Metropolitana de Santos
Prof. Dr. Marcelo Máximo Purificação – Fundação Integrada Municipal de Ensino Superior

Prof. Me. Marcos Aurelio Alves e Silva – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de São Paulo

Profª Ma. Maria Elanny Damasceno Silva – Universidade Federal do Ceará

Profª Ma. Marileila Marques Toledo – Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri

Prof. Me. Ricardo Sérgio da Silva – Universidade Federal de Pernambuco

Profª Ma. Renata Luciane Polsaque Young Blood – UniSecal

Prof. Me. Robson Lucas Soares da Silva – Universidade Federal da Paraíba

Prof. Me. Sebastião André Barbosa Junior – Universidade Federal Rural de Pernambuco

Profª Ma. Silene Ribeiro Miranda Barbosa – Consultoria Brasileira de Ensino, Pesquisa e Extensão

Profª Ma. Solange Aparecida de Souza Monteiro – Instituto Federal de São Paulo

Prof. Me. Tallys Newton Fernandes de Matos – Faculdade Regional Jaguaribana

Profª Ma. Thatianny Jasmine Castro Martins de Carvalho – Universidade Federal do Piauí

Prof. Me. Tiago Silvio Dedoné – Colégio ECEL Positivo

Prof. Dr. Welleson Feitosa Gazel – Universidade Paulista

Editora Chefe: Profª Drª Antonella Carvalho de Oliveira
Bibliotecária: Janaina Ramos
Diagramação: Maria Alice Pinheiro
Correção: Mariane Aparecida Freitas
Edição de Arte: Luiza Alves Batista
Revisão: Os Autores
Organizadores: Luis Henrique Almeida Castro
 Fernanda Viana de Carvalho Moreto
 Thiago Teixeira Pereira

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

P962 Problemas e oportunidades da saúde brasileira 6 /
 Organizadores Luis Henrique Almeida Castro, Fernanda
 Viana de Carvalho Moreto, Thiago Teixeira Pereira. -
 Ponta Grossa - PR: Atena, 2020.

Formato: PDF

Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader

Modo de acesso: World Wide Web

Inclui bibliografia

ISBN 978-65-5706-467-2

DOI 10.22533/at.ed.672201610

1. Saúde pública. 2. Brasil. 3. Política de saúde. 4.
 Saúde. I. Castro, Luis Henrique Almeida (Organizador). II.
 Moreto, Fernanda Viana de Carvalho (Organizadora). III.
 Pereira, Thiago Teixeira (Organizador). IV. Título.

CDD 362.10981

Elaborado por Bibliotecária Janaina Ramos – CRB-8/9166

Atena Editora

Ponta Grossa – Paraná – Brasil

Telefone: +55 (42) 3323-5493

www.atenaeditora.com.br

contato@atenaeditora.com.br

APRESENTAÇÃO

Dentre as esferas do conhecimento científico a saúde é certamente um dos temas mais amplos e mais complexos. Tal pode ser justificado pela presença diária desta temática em nossa vida. Por esta obra abordar as atualidades concernentes aos problemas e oportunidades da saúde brasileira, um dos tópicos mais visitados em seus capítulos é – não obstante – o estado de pandemia em que se encontra o país devido ao surgimento de uma nova família de coronavírus, o Sars-Cov-2, conhecido popularmente como Covid-19. Com sua rápida disseminação, atingiu diversas regiões pelo globo terrestre, causando uma série de impactos distintos em diversas nações. Se anteriormente o atendimento em saúde para a população no Brasil já estava no centro do debate popular, agora esta matéria ganhou os holofotes da ciência na busca por compreender, teorizar e refletir sobre o impacto deste cenário na vida social e na saúde do ser humano.

Composto por sete volumes, este E-book apresenta diversos trabalhos acadêmicos que abordam os problemas e oportunidades da saúde brasileira. As pesquisas foram desenvolvidas em diversas regiões do Brasil, e retratam a conjuntura dos serviços prestados e assistência em saúde, das pesquisas em voga por diversas universidades no país, da saúde da mulher e cuidados e orientações em alimentação e nutrição. O leitor encontrará temas em evidência, voltados ao campo da infectologia como Covid-19, Leishmaniose, doenças sexualmente transmissíveis, dentre outras doenças virais. Além disso, outras ocorrências desencadeadas pela pandemia e que já eram pesquisas amplamente estabelecidas pela comunidade científica podem se tornar palco para as leituras, a exemplo do campo da saúde mental, depressão, demência, dentre outros.

Espera-se que o leitor possa ampliar seus conhecimentos com as evidências apresentadas no E-book, bem como possa subsidiar e fomentar seus debates acadêmicos científicos e suas futuras pesquisas, mostrando o quão importante se torna a difusão do conhecimento dos problemas e oportunidades da saúde brasileira.

Luis Henrique Almeida Castro
Fernanda Viana de Carvalho Moreto
Thiago Teixeira Pereira

SUMÁRIO

CAPÍTULO 1..... 1

A DOENÇA DE ALZHEIMER E OS EFEITOS DO EXERCÍCIO FÍSICO

Maiara Silva Praça

Antônio Santos

Cláudia Capitão

Rossana Pugliese

DOI 10.22533/at.ed.6722016101

CAPÍTULO 2..... 10

A EQUOTERAPIA COMO UMA AÇÃO EXTENCIONISTA PARA O ATENDIMENTO DE PESSOAS COM DEFICIÊNCIAS

Ana Cristina Silva Daxenberger

Maria Lorena de Assis Cândido

Josilene Maria Cunha Castro

Éllida Rachel Elias de Lêmos

Dinah Correia da Cunha Castro Costa

Bianca Rafaella Rodrigues dos Santos Oliveira

DOI 10.22533/at.ed.6722016102

CAPÍTULO 3..... 23

A RELAÇÃO ENTRE A CONDIÇÃO BUCAL E DOENÇAS DA BOCA COM O ESTADO SISTÊMICO DO PACIENTE

Marcela Claudino

Eduardo Bauml Campagnoli

Kethleen Wiechetek Faria

Kamila Aparecida Schmidt

Marcelo Carlos Bortoluzzi

DOI 10.22533/at.ed.6722016103

CAPÍTULO 4..... 39

APTIDÃO FÍSICA E SAÚDE: O PERFIL DA APTIDÃO FÍSICA RELACIONADA À SAÚDE (AFRS) DOS ESCOLARES DO CAMPUS AVANÇADO MANACAPURU

Gabryel Gustavo de Carvalho Machado

Gilder Branches Vieira

Quezinha Gomes de Carvalho

DOI 10.22533/at.ed.6722016104

CAPÍTULO 5..... 50

AS CAUSAS DA SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFISSIONAIS DE SAÚDE

Maria Clara Cavalcante Mazza de Araujo

Isabella Maria Gonçalves Pinheiro de Vasconcelos

Adhonias Carvalho Moura

Gabriel Lima Maia Soares do Nascimento

Pedro Henrique Freitas Silva

Beatriz Maria Loiola de Siqueira

Virna Maia Soares do Nascimento

Paulo Henrique Marques dos Santos
Anna Joyce Tajra Assunção
Carlos Eduardo Rocha Araújo
Marcely Juliana Silva de Meneses
DOI 10.22533/at.ed.6722016105

CAPÍTULO 6..... 58

ASSISTÊNCIA MULTIPROFISSIONAL EM CORREDORES DA PRIMEIRA CORRIDA DE INTEGRAÇÃO

Vanessa Renata Molinero de Paula
Gustavo Melo de Paula
Gizela Pedrazzoli Pereira
Evelyn Schulz Pignatti
Tânia de Oliveira Mendes Crepaldi
Fabrícia Dias Colombano Linares

DOI 10.22533/at.ed.6722016106

CAPÍTULO 7..... 66

ATENDIMENTO ODONTOLÓGICO DE GESTANTES: QUAIS AS PRINCIPAIS INSEGURANÇAS?

Jessica Galvan
Valeska Gomes Margraf
Gabriel Andreani Cabral
Éven Machinski
Thais Kruger
Ana Paula Xavier Ravelli
Maria Helena Ricken
Fabiana Bucholdz Teixeira Alves

DOI 10.22533/at.ed.6722016107

CAPÍTULO 8..... 76

AVALIAÇÃO DA ALTERAÇÃO DA MICROBIOTA BUCAL DE PACIENTES INTERNADOS EM UNIDADE DE TERAPIA INTENSIVA

Fernanda Couto Miléo
Bruno Diniz Batista
Bárbara Zanon da Luz
Eduardo Bauml Campagnoli
Fábio André dos Santos
Luis Antonio Esmerino
Luís Ricardo Ricardo Olchanheski
Shelon Cristina Souza Pinto

DOI 10.22533/at.ed.6722016108

CAPÍTULO 9..... 94

AVALIAÇÃO POSTURAL DOS ACADÊMICOS DO CURSO DE MEDICINA VETERINÁRIA

Bibiane Lúcia Gehlen Penz
Daniele Simas
Milena Baggio Bilhar

Rafaela Fabonato
Nelissandra Cristiane Scorsato Antonioli
DOI 10.22533/at.ed.6722016109

CAPÍTULO 10..... 107

BANCO DE DENTES HUMANOS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Stella Kossatz
Vania Aparecida Oliveira Queiroz
Thais Regina Kummer Ferraz
Mariane Aparecida Savi Sanson
Jéssyca Twany Demogalski
Luiz Ricardo Marafigo Zander
Fabiana Bucholdz Teixeira Alves

DOI 10.22533/at.ed.67220161010

CAPÍTULO 11 117

CARACTERIZAÇÃO DO ESCOLAR E DAS QUEIXAS APRESENTADAS NO PROGRAMA DE SAÚDE DO ESCOLAR EM UM CENTRO DE SAÚDE ESCOLA

Isabella Andrezza de Freitas
Marianna Cristina Romeu Coelho
Carlos Alexandre Hattori Tiba
Lídia Raquel de Carvalho
Cátia Regina Branco da Fonseca

DOI 10.22533/at.ed.67220161011

CAPÍTULO 12..... 129

CUIDADOS PALIATIVOS E QUALIDADE PSICOEMOCIONAL: REVISÃO INTEGRATIVA

Bruna Almeida Morales
Andressa Lima Oliveira
Elen Samara Gonçalves Silva
Vitória Harumi Rodrigues Takahashi Monteiro
Iracema Gonzaga Moura de Carvalho

DOI 10.22533/at.ed.67220161012

CAPÍTULO 13..... 138

DESMISTIFICANDO A COMPETIÇÃO INFANTIL

Gabrielle da Silva Felizardo

DOI 10.22533/at.ed.67220161013

CAPÍTULO 14..... 143

EXERCÍCIO FÍSICO E INTERVENÇÃO DOS EXERCÍCIOS GINÁSTICOS SOB O RISCO DE QUEDA EM PESSOAS IDOSAS RESIDENTES NA COMUNIDADE

Alexandre Arante Ubilla Vieira
Fábio Rodrigo Ferreira Gomes
Frank Shiguemitsu Suzuki

DOI 10.22533/at.ed.67220161014

CAPÍTULO 15	153
INFECÇÃO PELO HIV E SAÚDE BUCAL: UMA REVISÃO DE LITERATURA	
San Diego Oliveira Souza Renata Reis Frontera	
DOI 10.22533/at.ed.67220161015	
CAPÍTULO 16	163
LESÕES DO MANGUITO ROTADOR NA ATIVIDADE LABORAL: UMA REVISÃO DA LITERATURA	
Ariádiny de Andrade Campos Evelyn Lorena Lima da Silva Geyce Caroline Araújo Matos Haglaia de Nazaré Pinto Ferro Kaio Pantoja Azevedo Luiza Helena Macedo Flores Regina Marta Sousa do Rosário Raphael do Nascimento Pereira	
DOI 10.22533/at.ed.67220161016	
SOBRE OS ORGANIZADORES	171
ÍNDICE REMISSIVO	173

CAPÍTULO 14

EXERCÍCIO FÍSICO E INTERVENÇÃO DOS EXERCÍCIOS GINÁSTICOS SOB O RISCO DE QUEDA EM PESSOAS IDOSAS RESIDENTES NA COMUNIDADE

Data de aceite: 01/10/2020

Data da submissão: 01/07/2020

Alexandre Arante Ubilla Vieira

Universidade Nove de Julho. Programa de Pós Graduação Stricto Sensu em Ciência da Reabilitação. São Paulo. São Paulo. ORCID: 0000-0001-9643-1777

Fábio Rodrigo Ferreira Gomes

Universidade São Paulo. São Paulo. São Paulo. ORCID: 0000-0001-8414-3209

Frank Shiguemitsu Suzuki

Universidade Nove de Julho. São Paulo. São Paulo. ORCID: 0000-0002-4745-5788

RESUMO: **Introdução:** o equilíbrio corporal provém da função dos sistemas vestibular, visual e proprioceptivo, e sua alteração pode levar ao risco de quedas e suas consequências, sobretudo, para os idosos. A atividade física regular pode contribuir para o envelhecimento mais saudável, reduzindo ou prevenindo muitos declínios funcionais associados a esse processo.

Objetivo: avaliar a influência da prática regular de exercícios ginásticos sobre as quedas em idosos da comunidade. **Método:** pesquisa observacional, quantitativa, descritiva e de corte transversal, composta por uma amostra de 191 idosos entre 60 e 80 anos, homens e mulheres, participantes de um programa de exercícios ginásticos na Sociedade Beneficente Equilíbrio de Interlagos, em São Paulo. O estudo foi aprovado pelo CEP

(Protocolo nº 186/11), todos os idosos autorizaram participação por meio do TCLE. Foram utilizados os testes: Teste Unipodal e o Teste *Timed Up and Go* (TUG). Os dados foram submetidos aos testes estatísticos Qui-Quadrado e Regressão Logística para estimar a *Odds Ratio*, adotando-se $p < 0,05$ em todas as análises. **Resultado:** As análises estatísticas revelaram associação significativa e maior chance dos idosos pouco ativos apresentarem mais relato de quedas ($p=0,019$), fraturas ($p=0,029$), osteoporose ($p=0,030$) e depressão ($p=0,011$), além de apresentarem medo de queda (FES-I-Brasil) ($p=0,042$) e dependência parcial e baixo risco de queda (Teste TUG) ($p=0,013$). **Conclusão:** o exercício ginástico, contribuiu para a manutenção do equilíbrio corporal, reduzindo a chance de quedas e suas consequências, e melhorando a mobilidade e a independência funcional. Dessa forma, os exercícios ginásticos promovem uma saúde mais equilibrada, um envelhecimento mais saudável e uma melhor qualidade de vida para os idosos da comunidade.

PALAVRAS-CHAVE: Exercício ginástico; Equilíbrio Postural; Quedas e Idoso.

PHYSICAL EXERCISE AND INTERVENTION OF GYMNASTIC EXERCISES UNDER THE RISK OF FALLING IN ELDERLY PEOPLE RESIDENT IN THE COMMUNITY

ABSTRACT: **Introduction:** the physical balance is a result of the vestibular, visual and proprioceptive systems and a change in one or more of those systems could result on an increase of the risks of accidental falls with potential

consequences, mainly to the elder people. Regular workout could contribute to a process of getting old in a healthier way, reducing or preventing from several dysfunctions associated to this process. **Objective:** to evaluate the influence of the regular workout on the accidental falls in the elder people from the community. **Method:** observational research, quantitative, in a descriptive format and transversal shortcut with a sample of 191 elder people from 60 to 80 of age, men and women, participants on a Workout Program in an entity named SBEI, located in São Paulo. The research had been previously approved by the REC (Protocol 186/11) and only those who signed an ICF were allowed to participate. For the collection of the data involved on the research, the following tools have been used: Unipodal Test and Timed Up and Go Test. The data were submitted to statistical tests Qui-Square and Logistic Regression in order to estimate the *Odds Ratio*, using $p < 0.05$ in all analysis. **Result:** The statistical analysis revealed significant association and higher chances of those less active elder to present a higher number of accidental falls ($p=0.019$), fractures ($p=0.029$), osteoporosis ($p=0.030$) and depression ($p=0.011$), besides the fear of falling (FES-I-Brasil) ($p=0.042$) and partial dependency and low risks of accidental fall (TUG Test) ($p=0.013$). **Conclusion:** the regular gymnastic exercises contribute to the maintenance of the physical balance, reducing the risks of accidental falls and their consequences and improving the mobility, promoting the functional autonomy. Therefore, the gymnastic exercises promote a more balanced health, healthy aging and a better quality of life for the elderly community.

KEYWORDS: Gymnastic Exercise; Postural Balance; Accidental falls and elderly.

INTRODUÇÃO

O Brasil é um dos países com maior velocidade no processo de envelhecimento da sua população em comparação aos jovens (ONU, 2015).

De acordo com Maciel & Guerra (2005), o envelhecimento tem sido um grande desafio para os países desenvolvidos e, de modo crescente, para os países em desenvolvimento, já que a população mundial e a brasileira acima dos 60 anos aumenta a cada dia, como revelado nos últimos censos demográficos.

De acordo com Duque (2019), o envelhecimento é uma realidade mundial e o próximo desafio global de saúde pública. No Brasil, acontece de forma acelerada em contextos desfavoráveis, fato que demanda inúmeras ações nos âmbitos econômico, político, social e de saúde para garantir aos idosos uma vida autônoma e independente, sobretudo diante das diversas desigualdades nas quais estão inseridos.

Na atualidade, o indivíduo pode chegar aos 80 ou até 90 anos, dependendo de sua qualidade de vida e pré-disposição diária em boas condições de saúde, porém não poderá evitar que seu organismo sofra inúmeras alterações fisiológicas decorrentes do envelhecimento (CAROMANO, 2006).

As alterações do controle postural, como o desvio de marcha, a instabilidade e a presença de náuseas, entre outras queixas, são muito altas na população acima dos 60 anos, e estão, sem dúvida, associadas ao maior risco de queda e suas consequentes sequelas em idosos (SACCO et. al. 2008 e BENTO, 2002).

De acordo com Nadai (2005) e Sacco et. al. (2008), para que sejam evitadas as quedas, faz-se necessário conhecer e identificar as causas e os fatores que colocam os idosos como os indivíduos de maior risco, ou seja, as quedas nesta população são relativamente sérias e é fundamental a adoção de medidas que levem à sua prevenção.

O declínio do equilíbrio ocasiona severas perdas na manutenção do controle postural e na propriocepção (NASCIMENTO, PATRIZZI & OLIVEIRA, 2012). O processo é decorrente de uma junção de fatores multidimensionais que prejudicam a qualidade de vida e podem elevar o risco de mortalidade.

A prática de atividade física, especialmente, de exercícios físicos é crescente entre os indivíduos idosos, trazendo inúmeros benefícios, tais como: melhoria das capacidades funcionais, da coordenação motora e da flexibilidade e aumento da força muscular, o que pode contribuir para a prevenção e controle de muitos sintomas ou doenças, como aqueles os relacionados ao equilíbrio corporal (SIMÕES, 2005 & FLORINDO, 2000).

De acordo com Antes, Wiest, Mota & Corazza (2014), o controle postural e a propriocepção dependem do sistema somatossensorial, visual e vestibular, os quais são estimulados durante a prática de exercícios físicos moderados, com foco na orientação corporal, espacial e temporal, auxiliando na preservação da propriocepção e do controle postural, por conseguinte, diminui o risco de quedas, favorecendo a independência funcional do idoso.

Nesse sentido, Pereira et.al. (2009) relata que a prática programada e regular de exercícios ginásticos pode melhorar a capacidade funcional e manter a aptidão física dos seus praticantes, o que reflete de modo positivo sobre o processo de envelhecimento, por meio da manutenção da saúde nos seus diferentes aspectos. Isso pode resultar em promoção de bem estar físico, mental e social, e melhorar a qualidade de vida de idosos praticantes deste tipo de exercício (MANN et. al. 2009). Sendo assim, surgiu nos um questionamento. Será que idosos que participam de programa ginásticos possuem melhor equilíbrio?

Portanto, o presente estudo tem como objetivo geral, avaliar a influência dos exercícios ginásticos sobre as quedas em idosos da comunidade participantes de um programa da SOBEI (Sociedade Beneficente Equilíbrio de Interlagos).

MÉTODOS

O presente estudo caracterizou-se como uma pesquisa de campo, observacional, quantitativa, com caráter descritivo e de corte transversal. A amostra de conveniência foi composta por 191 indivíduos idosos provenientes da comunidade (N = 191), entre 60 e 80 anos, homens e mulheres, que frequentavam a SOBEI às segundas, quintas e sextas-feiras, no período matutino.

A eficácia de quedas foi determinada a partir do Questionário *Falls Efficacy Scale-*

Internacional-Brasil (FES-I-Brasil) traduzida e adaptada culturalmente para a população brasileira (CAMARGOS et. al. 2010). Esta escala apresentou questões acerca da preocupação da possibilidade de queda ao realizar 16 diferentes atividades. O escore varia de um (“nem um pouco preocupado”) a quatro (“extremamente preocupado”) para cada questão.

Para o equilíbrio estático, foi utilizado o teste de apoio Unipodal. De acordo com Goldie et. al. (1989) e Ekdahl et. al. (1989), o indivíduo deve permanecer com apenas um pé no chão e executar uma flexão de coxa com o outro pé. O teste foi realizado com ambas as pernas, durante um minuto, e com os olhos abertos.

Para este teste foi utilizado um cronômetro para mensuração do tempo (em segundos) que o idoso conseguia permanecer sobre o apoio unipodálico, até completar o tempo máximo de 30 segundos. O cronômetro era interrompido, caso o idoso deslocasse o pé de apoio, tocasse a outra perna ou encostasse o pé no chão.

O Teste *Timed Up and Go* (TUG), que foi traduzido para o português e significa “levantar e caminhar cronometrado”, propõe avaliar a mobilidade funcional do indivíduo e o risco de quedas, por meio das seguintes tarefas: o equilíbrio corporal e habilidades funcionais como a transferência postural de «sentado» para em “pé”; a estabilidade durante deambulação; a mudança de direção, e a velocidade da marcha (PODSIADLO & RICHARDSON, 1991).

O idoso permaneceu inicialmente sentado em uma cadeira padrão de aproximadamente 46 cm de altura, com encosto e apoio para os braços de 65 cm de altura. O teste foi iniciado com sinal de partida representado pela flexão do braço esquerdo do avaliador e pelo comando verbal “vá”, instante em que é disparada a cronometragem. O idoso levantava-se da cadeira, deambulava linear e confortavelmente, em passos seguros, até uma marcação a três metros da cadeira, contornando-a, retornando e sentando-se novamente, enquanto se cronometrava o tempo necessário para completar a tarefa. A cronometragem foi interrompida somente quando o idoso voltou à posição inicial. Indivíduos adultos, independentes e sem alterações no equilíbrio, realizam o teste em 10 segundos ou menos. Os idosos que são dependentes em atividades básicas realizam o teste entre 11 a 20 segundos e aqueles que necessitam de um tempo superior a 20 segundos para realizar o teste, apresentam prejuízo da mobilidade e necessitam de uma avaliação mais detalhada do equilíbrio corporal, conforme descrição de Podsiadlo e Richardson (1991).

O estudo foi aprovado pelo Comissão de Ética em Pesquisa (Protocolo nº 186/11) com Seres Humanos (CEP) da UNIBAN - Brasil, para seu desenvolvimento. Todos os idosos considerados aptos a compor os dois grupos foram devidamente esclarecidos e convidados a participar do estudo, todos assinaram o TCLE (Termo de Consentimento Livre e Esclarecido).

PROGRAMA DE EXERCÍCIOS GINÁSTICOS

O programa de exercícios ginásticos consistiu em sessões que variavam de 40 à 45 minutos. Cada exercício do programa foi realizado pelos idosos durante 1 minuto e 30 segundos, em forma de estação, num total de 13 exercícios. Os exercícios eram realizados com música, como forma de motivação, e sempre foram acompanhados por professores de Educação Física. Os 10 minutos iniciais foram destinados para aquecimento.

O programa de exercícios ginásticos desenvolvidos, descrito por Rebelatto et. al. (2007), foi composto pelos seguintes exercícios: Rotação vertical; Pressão das pernas ou *Legg Press*; Esqui ou *Transport*; Rotação dupla diagonal; Multi exercitador; Cadeira flexora; *Pulley* costas; Cadeira extensora; Remada sentada; Rotação vertical; *Surf*; Alongador; Simulador de caminhada.

Após a realização de todos os exercícios ginásticos, os idosos faziam um alongamento, como recomendado por Jorcelino (2010).

ANÁLISE ESTATÍSTICA

Os dados coletados foram organizados e digitados em banco de dados (Planilha Excel), sendo, inicialmente, realizada uma análise descritiva dos resultados, com o uso de frequências absolutas e relativas.

Para as análises de associação entre o nível de atividade física e as variáveis investigadas, foi utilizado os testes estatísticos Qui-Quadrado (χ^2) e regressão logística para estimar a *Odds Ratios* (ou Razão de Chances) e seus respectivos intervalos de confiança de 95% (limites inferior e superior). O nível de significância estatística adotado em todas as análises foi de 5% (probabilidade de $p < 0,05$).

As análises estatísticas foram realizadas com auxílio do Programa Estatístico STATA^a versão 12.0 (StataCorp LP, Texas, USA).

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Este estudo teve o objetivo de avaliar a influência dos exercícios ginásticos sobre as quedas em idosos da comunidade participantes de um programa da SOBEL (Sociedade Beneficente Equilíbrio de Interlagos), para tanto foram avaliados 191 idosos ($N = 191$) com idades entre 60 a 80 anos, de ambos os gêneros.

Os dados apresentam o predomínio do gênero feminino representado por 170 idosas (89%), em relação ao masculino com 21 idosos (11%). As faixas etárias foram: de 60 a 65 anos (47,64%); de 66 a 70 anos (25,65%); de 71 a 75 anos (17,80%), e de 76 a 80 anos (8,90%). Essas dados corroboram com os achados de Costa e Neri (2011) indicando que as mulheres são consideradas menos sedentárias, talvez, pela realização das tarefas domésticas.

Com o teste FES-I-Brasil, verificou-se que 53,40% dos idosos da pesquisa apresentaram medo de cair e 46,60% apresentaram maior medo de cair quando relacionado a diferentes tipos de atividades de vida diária, como subir e descer escadas, atravessar a rua, subir em calçadas e etc. Ainda, o teste do Qui-Quadrado (c2) revelou associação significativa entre o nível de atividade física dos idosos e o medo de cair pelo FES-I-Brasil ($p < 0,010$). Acredita-se que os dados podem ser compreendidos a partir de Abreu e Caldas (2008), que comentam que programa de exercício ginásticos para idosos tem como objetivos: reduzir dores articulares e musculares; melhorar a força muscular; prevenir a perda óssea; manter a mobilidade articular; desenvolver a coordenação motora; corrigir a postura corporal, e contribuir na prevenção e controle de algumas condições clínicas associadas, como: doenças cardiovasculares, diabetes, hipertensão, acidentes vasculares cerebrais, artrite, apneia do sono e prejuízo da mobilidade.

Já por meio do teste Unipodal ($p < 0,027$), verificou-se que 61,26% dos idosos apresentaram menor risco de queda e 38,74% apresentaram maior risco de queda. Dessa forma, os dados corroboram com Prado et. al. (2010), que discute que programas de exercícios físicos podem ser eficazes para melhorar o desempenho físico e psicológico, o equilíbrio corporal e a mobilidade funcional e, com isso, aumentar a qualidade de vida de pessoas idosas. Nesse sentido, vale destacar a afirmação de Silva et. al. (2008), indicando que a prática regular de exercícios físicos parece reduzir os efeitos negativos do envelhecimento diante das qualidades físicas, o que pode retardar a restrição à realização das atividades de vida diária e, possivelmente, prolongar o tempo de vida ativa dos idosos.

E com o teste *Timed Up and Go* (TUG) ($p < 0,033$), verificou-se que a maioria dos idosos (96,86%) apresentou independência na mobilidade e ausência de risco de queda; 3,14% apresentaram independência parcial na mobilidade e baixo risco de queda, e nenhum dos idosos avaliados apresentou déficit importante na mobilidade e risco de queda. Para Novaes et. al. (2009), os exercícios físicos podem ser importantes na redução da prevalência de queixas de tonturas e, por consequência as quedas; esses exercícios podem minimizar esses eventos, que podem ser incapacitantes em muitos casos, e reduzir o nível de dependência do idoso, aumentando sua autonomia e qualidade de vida.

Por fim, as análises de Regressão Logística para estimar a *Odds Ratio* revelaram a maior chance dos idosos menos ativos apresentarem quedas ($p < 0,019$), fraturas ($p < 0,029$), depressão ($p < 0,011$) e osteoporose ($p < 0,030$), além de maior risco de queda, identificado pelo FES-I-Brasil ($p < 0,042$) e menor mobilidade, independência e maior risco de queda pelo teste TUG ($p < 0,013$).

Corroborando tais resultados o estudo de para Mazo (2007), mostrando que programas de exercícios físicos de leve e moderada intensidades que focados no sistema musculoesquelético por meio de atividades específicas para aprimorar a força muscular global, flexibilidade de membros inferiores e/ou mobilidade geral, postura corporal e padrões de marcha, são extremamente benéficos na prevenção do risco de quedas. Da

mesma forma, exercícios físicos que estimulem a força muscular de membros inferiores são relevantes para a redução do risco de quedas em idosos (STREIT et. al. 2011). Nessa mesma direção, foi descrito na literatura que idosos sedentários possuem menor mobilidade e maior risco de quedas, quando comparados a idosos que praticam atividade física regularmente (GUIMARÃES et. al. 2004); a prevenção ou redução de quedas dependem de exercícios que envolvem resistência muscular, equilíbrio e alongamentos (CONSTANTINE et. al. 2011).

Segundo relato de Lustosa (2010), os exercícios ginásticos melhoram o equilíbrio corporal e reduzem as quedas em idosos, podendo contribuir diretamente para a manutenção e o incremento das funções do aparelho locomotor, amenizando os efeitos do sedentarismo, do desuso, da imobilidade, da má adaptação e das doenças crônicas, assim como redução dos déficits motores e sensoriais.

Para Mazo et. al. (2007), os exercícios físicos de força muscular ajudam a reduzir o risco de quedas, melhorando o equilíbrio corporal e, conseqüentemente, o risco de fraturas, sendo que as atividades programadas de exercícios podem também fortalecer a coluna vertebral, proporcionando uma postura mais ereta, facilitando o centro de equilíbrio corporal.

Segundo Gregg et. al. (2000), a queda ou a lesão decorrente dela pode ter efeito devastador na independência do indivíduo e em sua qualidade de vida, pois, dentre as suas conseqüências, podem ser citadas: lesões musculoesqueléticas (como a fratura do fêmur proximal); o posterior medo de nova queda; redução das atividades de vida diária, deterioração funcional; isolamento social; diminuição da qualidade de vida; a institucionalização, e mesmo o óbito.

Por fim, a prática de exercícios físicos pode favorecer a coordenação motora, agilidade e equilíbrio corporal (LIMA et. al. 2011) e o aumento da força dos músculos de membros inferiores importante para manter o controle postural e a autonomia necessários para as suas atividades de vida diária (TEIXEIRA et. al. 2008), trazendo menos limitações físicas para facilitar a mobilidade e realização das atividades diárias, prevenindo quedas, melhorando a autoestima, reduzindo a ansiedade e controlando a depressão (CHODZKO-ZAJKO et. al. 2009).

Os resultados dos estudos de Chopra et.al. (2017), são semelhantes aos de um estudo em que foi utilizado um programa de exercícios de fortalecimento, equilíbrio e mobilidade, realizados em grupo durante 5 semanas que permitiu melhorar a velocidade de marcha para frente e para trás, bem como diminuir o risco de quedas em pessoas idosas.

CONCLUSÃO

De acordo com os resultados obtidos no presente estudo e corroborando com a literatura encontrada, idosos, independente do gênero, fisicamente ativos possuem menor

prevalência de quedas, medo de cair e por consequência menor incidência de lesões, além de apresentar menor incidência de doenças e transtornos mentais. Contudo mais um estudo fortalecendo a ideia que a prática regular de exercício físico favorece o indivíduo e qualquer faixa etária.

REFERÊNCIAS

ABREU SSE; CALDAS C P. **Velocidade de marcha, equilíbrio e idade: um estudo correlacional entre idosas praticantes e idosas não praticantes de um programa de exercícios terapêuticos.** Revista Brasileira de Fisioterapia. São Carlos, v. 12, n. 4, p. 324-30, jul./ago. 2008.

ANTES DL; WIEST MJ; MOTA CB; CORAZZA ST. **Análise da Estabilidade Postural e Propriocepção de Idosas Fisicamente Ativas.** Revista Fisioterapia em Movimento. Curitiba, PR 27(4), 531-539. 2014.

BENTO JO. **Desporto, corporalidade, saúde e vida.** In: SILVA, L. F. (Org.): Promoção da saúde. Lisboa: Universidade Aberta, p.163-81, 2002.

CAMARGOS FFO; DIAS RC; DIAS JMD; FREIRE MTF. **Adaptação transcultural e avaliação das propriedades psicométricas da Falls Efficacy Scale - International em idosos Brasileiros (FES-I-BRASIL).** Revista Brasileira de Fisioterapia. São Carlos, v. 3, n. 14, p. 237-43, jul. 2010.

CAROMANO FA. **Manutenção na prática de exercícios por idosos.** Revista Psicologia. Paraná, v. 18, n. 2, p. 177-92, dez. 2006.

CHODZKO-ZAJKO WJ; PROCTOR DN; SING MAF; MINSON CT; NIGG CR; SALEM GJ; SKINNER JS. **American College of Sports Medicine position stand. Exercise and physical activity for older adults.** Medicine & Science in Sports & Exercise. Indianapolis, v. 41, n. 7, p. 1510-30, jul. 2009.

CHOPRA S; DOUGHERTY C; JOHNSTON M; CURRAN G; MARITZ CA. **The effect of a 5-week group-based exercise program on strength, balance, mobility, and gait in the older adult population: A pilot study. Physical Therapy and Rehabilitation.** v.4, n.16, p.1-7, 2017

CONSTANTINE A. ALMEIDA P; PORTELA BS. **Exercícios físicos e fatores de Quedas em idosos. Caderno de Ciências da Saúde.** Revista Polidisciplinar Eletrônica da Faculdade Guairacá. Paraná, v. 2, n. 3, p. 17-30, dez. 2011.

DUQUE AM. **Determinantes sociais da saúde e envelhecimento: uma abordagem espacial e temporal da realidade do Brasil e de Sergipe.** 99 f. Tese Doutorado em Ciências da Saúde - Universidade Federal de Sergipe, Aracaju, 2019.

EKDAHL C; JARNLO GB; ANDERSSON SL. **Standing balance in healthy subjects. Evaluation of a quantitative test battery on a force platform.** Scandinavian Journal of Rehabilitation Medicine, Lisboa, v. 21, n. 4, p. 187-195, set. 1989.

FLORINDO AA. **Atividade física habitual e densidade mineral óssea em homens adultos e idosos.** Dissertação de Mestrado em Epidemiologia - Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo. 96f, 2000.

GOLDIE PA; BACH TM; EVANS OM. **Force platform measures for evaluating postural control: reliability and validity.** Archives of Physical Medicine and Rehabilitation, Rotterdam, v. 70, n. 12, p. 510-7, ago. 1989.

GREGG EW; PEREIRA MA; CASPERSEN CJ. **Physical activity, falls, and fractures among older adults: a review of the epidemiologic evidence.** Journal American Geriatric Society, Nova Iorque, v. 48, n. 8, p. 883-93, jan. 2000.

GUIMARÃES LHCT; GALDINO DCA; MARTINS FLM; VITORINO DFM; PEREIRA KL; CARVALHO EM. **Comparação da propensão de quedas entre idosos que praticam atividade física e os idosos sedentários.** Revista Neurociências, Rio de Janeiro, v. 12, n. 02, p. 11-5, jan. 2004.

JORCELINO JM. **IMC dos alunos do 4º período do Curso Técnico em Alimentos do Instituto Federal de Goiás Campus Inhumas.** In: 1º SIMPOETS - Simpósio de Educação, Tecnologia e Sociedade do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Goiás, Campus Inhumas. Anais. Goiás, 2010.

LIMA AP; JESUS GB; CARDOSO FB; SILVA IL. **Uma avaliação da eficácia de um programa neuromotor de exercícios físicos para idosos.** Brazilian Journal of Biomotricity, Itaperuna, v. 1, n. 5, p. 26-33, mar. 2011.

LUTOSA LP. **Efeito de um programa de treinamento funcional no equilíbrio postural de idosas da comunidade.** Revista Fisioterapia e Pesquisa. São Paulo, v.17, n. 2, p. 153-156, abr. 2010.

MACIEL A; GUERRA R. **Prevalência e fatores associados ao déficit de equilíbrio em idosos.** Revista Brasileira de Ciência e Movimento. Rio de Janeiro, v. 1, n. 13, p. 37-44, fev. 2005.

MANN L; KLIENPAUL JF; MOTA CB; SANTOS SG. **Equilíbrio corporal e exercícios físicos: uma revisão sistemática. Motriz.** Revista Educação Física UNESP. São Paulo, v. 15, n. 3, p. 12-23, mai. 2009.

MAZO GZ; LIPOSCKI DB; ANANDA C; PREVÉ D. **Condições de saúde, incidência de quedas e nível de atividade física dos idosos.** Revista Brasileira de Fisioterapia. Paraná, v. 11, n. 6, p. 437-42, fev. 2007.

NADAI A. **Programa de atividades físicas.** Motriz. Revista de Educação Física. São Paulo, v. 2, n. 1, p. 120-3, dez. 2005.

NASCIMENTO LCG; PATRIZZI LJ; OLIVEIRA CCES. **Efeito de Quatro Semanas de Treinamento Proprioceptivo no Equilíbrio Postural de Idosos.** Fisioterapia em movimento. v.25, n.2, p.325-331. 2012.

NOVAES RD; SANTOS EC; MIRANDA AS; LOPES KT; RIUL TR. **Causas e consequências de quedas em idosos como indicadores para implementação de programas de exercício físico.** Revista Digital. Buenos Aires, ano 14, n. 131, abr. 2009.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Envelhecimento ativo: uma política de saúde/Active ageing: a policy framework.** Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde, 2005.

PEREIRA A; FREITAS C; MENDONÇA C; MARÇAL F; SOUZA J; NORONHA JP; LESSA L; MELO L; GONÇALVES R; SHOLL-FRANCO A. **Envelhecimento, estresse e sociedade: uma visão psiconeuroendocrinológica.** Ciências & Cognição. v. 1, 2004.

PODSIADLO D; RICHARDSON S. **The timed “Up & Go”: a test of basic functional mobility for frail elderly persons.** Journal of the American Geriatrics Society. Los Angeles, v. 39, n. 2, p. 142-8, jun. 1991.

PRADO RA; TEIXEIRA ALC; LANGA CJSO; EGYDIO PRM; IZZO P. **A influência dos exercícios resistidos no equilíbrio, mobilidade.** O Mundo da Saúde. São Paulo, v. 2, n. 34, p. 183-91, fev. 2010.

SACCO ICN; BACARIN TA; WATARY R; SUDA EY; CANETTIERI MG; SOUZA LC; OLIVEIRA MF; SANTOS S. **Envelhecimento, atividade física, massa corporal e arco plantar longitudinal influenciam no equilíbrio funcional de idosos?** Revista Brasileira de Educação Física e Esporte. São Paulo, v. 22, n. 3, p. 183-91, jul./set. 2008.

SILVA KS; NAHAS MV; HOEFELMANN LP; LOPES AC; OLIVEIRA ES. **Associações entre atividade física, índice de massa corporal e comportamentos sedentários em adolescentes.** Revista Brasileira de Epidemiologia. São Paulo, v. 11, n.1, p. 159-68, 2008.

SIMÕES NVN. **Lesões desportivas em praticantes de atividade física: uma revisão bibliográfica.** Revista Brasileira de Fisioterapia. São Paulo, v. 9, n. 2, p. 123-8, fev. 2005.

STREIT IA; MAZO GZ; VIRTUOSO JF; MENEZES EC; GONÇALVES E. **Aptidão física e ocorrência de quedas em idosos.** Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde, Florianópolis, v. 4, n. 16, p. 346-52, ago. 2011.

TEIXEIRA CS; LEMOS LFC; LOPES LFD; ROSSI AG; MOTA CB. **Equilíbrio corporal e exercícios físicos: uma investigação com mulheres idosas praticantes de diferentes modalidades.** Acta Fisiátrica. Santa Catarina, v. 15, n. 3, p. 154-7, dez. 2008.

ÍNDICE REMISSIVO

A

Articulações 96, 98, 163, 165

Atividade Física 3, 4, 8, 40, 42, 49, 57, 98, 105, 140, 143, 145, 147, 148, 149, 151, 152, 171

B

Bactérias 71, 77, 78, 79, 81, 82, 86, 87, 88, 90, 92

C

Câncer 24, 26, 33, 59, 130, 131, 132, 155

Capacidades Funcionais 145

Cavidade Bucal 25, 67, 76, 78, 79, 82, 86, 87, 88, 90, 92

Cérebro 2, 5, 6, 9, 15, 17

Coluna Vertebral 95, 96, 100, 101, 102, 104, 105, 106, 149

Coordenação Motora 11, 14, 145, 148, 149

Cuidados Paliativos 12, 129, 130, 131, 132, 133, 134, 135, 136, 137

D

Degenerações de Cartilagem Articular 98

Demência 9, 1, 2, 3, 5, 8, 9, 27, 28, 33

Desvio de Marcha 144

Desvios Posturais 94, 95, 96, 97, 98, 99, 100, 103, 105, 106

Doença de Alzheimer 10, 1, 2, 3, 4, 6, 7, 8

Doenças Crônicas Não Transmissíveis 40

E

Equitação 11, 12, 13, 22

Equoterapia 10, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22

Exaustão Emocional 50, 54

Exercícios físicos 7, 97, 100, 104, 145, 148, 149, 150, 151, 152

F

Ferramenta Terapêutica 11

Flexibilidade 14, 15, 19, 39, 41, 44, 46, 47, 48, 145, 148

H

Hipoterapia 13

I

Infecções Relacionadas à Assistência à Saúde 78

M

Método Terapêutico 11, 12, 13, 14

Microbiota Bucal Residente 78

Microrganismos Patogênicos 78

Movimentos 11, 12, 14, 15, 17, 19, 43, 59, 96, 104, 166, 168

Músculos 95, 96, 97, 99, 105, 149, 165

P

Patologia Laboral 55

Perda Global da Cognição 2

Pessoas com Deficiência 10, 12, 13

Posicionamento 95, 96, 103, 106

Postura 14, 15, 19, 94, 95, 96, 97, 99, 104, 105, 148, 149, 168

Procedimentos Laborais 52

Profissionais da Saúde 17, 51, 56, 57

Q

Qualidade de Vida 2, 3, 5, 7, 15, 18, 20, 22, 23, 25, 26, 28, 32, 33, 34, 35, 49, 59, 67, 72, 129, 130, 131, 133, 135, 136, 137, 143, 144, 145, 148, 149, 158, 159, 164, 165, 168

R

Reabilitação 13, 15, 18, 20, 23, 27, 31, 33, 34, 35, 130, 143, 168

Risco de Queda 12, 143, 144, 148

S

Síndrome de Burnout 10, 50, 51, 53, 55, 56, 57

Síndromes Ocupacionais 51

Sistema Imunológico 78, 157

T

Terapia com cavalo 10

Transtorno Neurocognitivo 4

U

Unidade de Terapia Intensiva 11, 76, 77, 78, 79, 83, 84, 85, 87

PROBLEMAS E OPORTUNIDADES DA SAÚDE BRASILEIRA 6

-  www.atenaeditora.com.br
-  contato@atenaeditora.com.br
-  [@atenaeditora](https://www.instagram.com/atenaeditora)
-  www.facebook.com/atenaeditora.com.br

PROBLEMAS E OPORTUNIDADES DA SAÚDE BRASILEIRA 6

-  www.atenaeditora.com.br
-  contato@atenaeditora.com.br
-  [@atenaeditora](https://www.instagram.com/atenaeditora)
-  www.facebook.com/atenaeditora.com.br