

A INFLUÊNCIA DO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA NO DESEMPENHO COGNITIVO E AUTONOMIA FUNCIONAL DE IDOSOS

Estelina M. F. Chamoschine², Mariana Manhães do Amaral², Luiz Gustavo Silva², Elisa Valente Barcelos² & Mauricio R. Calomeni¹

(1) Pesquisador do Laboratório de Biociências da Motricidade Humana (LABIMH/ISECENSA) - Institutos Superiores de Ensino do CENSA – ISECENSA, Rua Salvador Correa, 139, Centro, Campos dos Goytacazes, RJ, Brasil; (2) Aluno (a) voluntário (a) de Iniciação Científica do PROVIC/ISECENSA.

O envelhecimento se caracteriza por um conjunto de alterações estruturais e funcionais do organismo que se acumulam de forma progressiva da vida. De acordo com o IBGE (2012), o índice de envelhecimento aumentou de 31,7 em 2001 para 51,8 em 2011, o que comprova o envelhecimento da população brasileira. O objetivo deste projeto será verificar a influência do nível de atividade física no desempenho cognitivo e autonomia funcional de Idosos. Para tanto, serão reunidos 30 idosos de ambos os sexos, com faixa etária entre 60 e 75 anos. Serão excluídos os idosos com limitação física para a realização das atividades da vida diária e/ou exercícios físicos, algum tipo de deficiência e/ou diagnóstico de demência que os impeçam de entender os objetivos dos testes e da pesquisa. O nível de atividade física habitual será determinado através do questionário Baecke Modificado, a velocidade de processamento mental determinado pelo tempo de reação motora computadorizado, e a autonomia funcional pelo Protocolo de Avaliação da Autonomia Funcional (GDLAM). Inicialmente, será aplicado o questionário Baecke modificado, em que um avaliador familiarizado com o teste convidará os idosos individualmente a sentar-se em uma sala devidamente preparada de forma que o mesmo sintá-se confortável para execução da tarefa. Após essa etapa, em outro dia, serão aplicados os testes de velocidade de processamento mental e autonomia funcional, respectivamente. No dia e hora marcados cada participante, individualmente, será conduzido a um local que reúne condições ideais de espaço e controle de agentes externos para realização primeiramente do teste de tempo de reação motora que será feito com o participante sentado em frente a um computador portátil com software específico para essa função instalado. Imediatamente ao término desse procedimento, serão iniciados os testes contidos no protocolo de autonomia funcional GDLAM. Findados todos os procedimentos de avaliação os dados serão analisados com as ferramentas do pacote estatístico GraphPad Prims 7.0. Os resultados esperados são que se comprove uma relação positiva entre a quantidade e qualidade de atividades físicas habituais com a eficiência do processamento mental e autonomia funcional dos participantes do estudo.

Palavras-chave: Envelhecimento, Desempenho Cognitivo, Autonomia Funcional.