



Congresso Internacional de Envelhecimento Humano

Avanços da ciência e das políticas públicas para o envelhecimento

SARCOPENIA E FUNCIONALIDADE EM HOMENS IDOSOS COMUNITÁRIOS DA REGIÃO METROPOLITANA DE CUIABÁ- MT

Marcela Bomfim Martin Lopes*

Thiago Neves*

Milene Giovana Crespilho Souza*

Jucineia da Conceição e Silva Ocampos*

Waléria Christiane Rezende Fett*

*Núcleo de Estudos em Aptidão Física, Informática, Metabolismo, Esporte e Saúde (NAFiMeS), da Universidade Federal de Mato Grosso (UFMT)

Introdução: A síndrome sarcopenica é uma das mais significativas mudanças fisiológicas que ocorre com o envelhecimento, pode ser entendida como a combinação de alterações hormonais, físicas e nutricionais que levam ao declínio das capacidades funcionais e do desempenho físico impactando na execução das atividades da vida diária dos idosos. **Objetivo:** Comparar o desempenho físico de idosos não sarcopenicos ativos (NSA) e não sarcopenico sedentários (NSS), idosos sarcopenicos ativos (SA) e sarcopenico sedentários (SS) por meio do *Short Physical Performance Battery* (SPPB). **Metodologia:** Foram avaliados 139 idosos da região metropolitana de Cuiabá com 65 anos ou mais, selecionados a partir da amostra do Estudo da Rede Fibra de Cuiabá. Utilizaram-se as seguintes variáveis: idade, sexo, raça, massa corporal (kg) e a estatura (m) para o cálculo da massa muscular (MM kg) obtida pela equação de Lee et al., 2000. Uma vez obtido a MM foi estimado o índice de massa muscular (IMM kg/m²) pela equação de Janssen et al. (2004) que classifica a sarcopenia. O teste físico utilizado foi o SPPB e a categorização de ativo e sedentário utilizando a versão simplificada do Questionário Minnesota de Atividades Físicas e Lazer. Foi realizada a análise descritiva das variáveis e os testes de Kolmogorov e Smirnov para observar se as amostras tinham distribuição normal, ainda foram realizadas a análise de variância (ANOVA) e o teste de Tukey-Kramer para comparação dos grupos não sarcopenicos (ativos e sedentários) e sarcopenicos (ativos e sedentários) no SPPB, utilizando o nível de intervalo de confiança de 95% e p 0,05. **Resultados:** Os voluntários tiveram média de 72±3 anos de idade e índice de massa corporal de 26±1 kg classificados como eutróficos pela OMS, 52% da amostra foi considerada ativa e 48% sedentária. Da proporção de idosos ativos, 21% foram considerados não sarcopenico, 70% classificados como sarcopenicos grau I e 9% grau II. Na proporção de idosos sedentários, 22% dos avaliados foram considerados normais, 71% sarcopenicos grau I e 6% grau II. Quando comparados os grupos ativos e sedentários não foi encontrada diferença significativa no desempenho

físico do teste do SPPB. **Conclusão:** Era esperado um melhor desempenho do grupo de não sarcopenicos ativos que fosse superior aos outros grupos no desempenho físico do teste do SPPB. Nota-se a importância do conhecimento de quais modalidades de exercícios físicos são praticadas pelos idosos ativos, para melhor periodização de treinamento adequado que visem ganho físico e funcional e ainda ações objetivas que implementem o envelhecimento ativo da população.

Palavras-chave: Envelhecimento, Sarcopenia, Desempenho físico.