



## **Congresso Internacional de Envelhecimento Humano**

Avanços da ciência e das políticas públicas para o envelhecimento

### **AVALIAÇÃO DO EQUILÍBRIO DE IDOSOS ATIVOS PARTICIPANTES DE UM GRUPO DE SOCIALIZAÇÃO DO MUNICÍPIO DE MAMANGUAPE - PB**

O envelhecimento é um processo natural, progressivo e inevitável, com mudanças graduais que causam desgastes em vários sistemas funcionais, declínio físico e mental levando a uma maior probabilidade de acidentes como as quedas na população idosa, interferindo assim na qualidade de vida desta população. As quedas nos idosos podem estar associadas a fatores intrínsecos e extrínsecos, que sem a devida intervenção poderá levá-los desde a diminuição de sua autonomia a conseqüências mais graves e em último caso a morte. Este trabalho teve como objetivo avaliar o equilíbrio de idosos que realizam atividades físicas participantes de um grupo de socialização do município de Mamanguape – PB. Trata-se de uma pesquisa de campo exploratória, descritiva, de abordagem transversal e quantitativa. A amostra contou com a participação de 41 idosos sendo 78% mulheres e 22% homens, entrevistados através do questionário Escala de Equilíbrio de Berg composta por 14 tarefas que avaliam o equilíbrio estático e dinâmico do indivíduo. Os dados foram analisados estatisticamente de forma descritiva, utilizando o *software* Microsoft Excel e serão apresentados em forma de tabelas e gráficos. Na amostra total foi observado que 9% dos entrevistados possuem déficit moderado no equilíbrio e 91% considerado baixo. Observou-se também maior prevalência da diminuição no equilíbrio dinâmico, porém com alto índice em um dos quesitos do equilíbrio estático com valor de 63% para deficiência no equilíbrio da amostra total. Conclui-se com o estudo que, o equilíbrio dinâmico é o mais acometido na população estudada. Sugere-se que sejam feitas intervenções que contribuam na melhoria do equilíbrio, sendo este um dos responsáveis pela autonomia e independência dos idosos nas atividades de vida diária.



PALAVRAS – CHAVE: Envelhecimento, Equilíbrio, Quedas.

Campina Grande-PB/Brasil  
13 a 15 de junho de 2013  
[www.cieh.com.br](http://www.cieh.com.br)