

## **EQUILÍBRIO DE IDOSOS HÍGIDOS DO MUNICÍPIO DE CAMPINA GRANDE-PB**

PEREIRA, Dayanna da Silva  
TOMAZ, Alecsandra Ferreira

**INTRODUÇÃO:** As alterações do equilíbrio na população idosa são problemas relativamente comuns que levam a importantes limitações na realização das atividades da vida diária, sendo a principal causa de queda nestes indivíduos. **OBJETIVO:** Verificar as condições do equilíbrio de idosos saudáveis do município de Campina Grande/PB. **METODOLOGIA:** Tratou-se de um estudo transversal, descritivo e quantitativo, realizado com 41 idosos saudáveis e participantes de grupos de convivência deste município. Para a coleta dos dados foi utilizado um questionário de identificação geral e o Teste de Apoio Unipodal (TAU). **RESULTADOS:** Foi verificado que os idosos deste grupo são na maioria do sexo feminino (92,7%) e 41,5% encontram-se no grupo etário de 60 a 69 anos. Na avaliação do equilíbrio, 73,2% dos idosos apresentaram alterações ou não conseguiram realizar o teste com uso da informação visual. Quando abolida essa informação, todos os avaliados obtiveram resultado negativo, pois não conseguiram realizar a atividade ou realizaram com tempo insuficiente. Houve alteração no equilíbrio à medida que a idade aumentou com associação estatisticamente significativa ( $p < 0,005$ ). Entretanto, apenas no grupo etário de 60 a 69 anos a maioria dos idosos (52,8%) apresentou equilíbrio sem alterações. Foi verificado ainda, que entre os idosos viúvos (94,4%) e divorciados (75,0%) houve maior prevalência de alterações no equilíbrio ( $p < 0,021$ ). Observando o estado do equilíbrio dos idosos em relação à prática de atividade física, foi verificado que os idosos sedentários em sua maioria (91,7%) apresentaram déficit no equilíbrio, enquanto os idosos ativos apresentaram-se em 47,1% com déficit ( $p < 0,001$ ). **CONCLUSÃO:** Este estudo permite inferir que, nos idosos da amostra, os déficits do equilíbrio estão presentes em todos os grupos etários, aumentando seu aparecimento à medida que a idade aumenta. Estes déficits podem estar associados à viuvez ou divórcio. Pode-se inferir ainda, que o sedentarismo está associado a alterações no equilíbrio, o que reforça a importância da atividade física na prevenção do desequilíbrio e de suas consequências, sugerindo-se estudos posteriores para verificar os protocolos cinesioterapêuticos que permitam maior eficácia nesta prevenção.

**PALAVRAS-CHAVE:** Avaliação em saúde. Equilíbrio Postural. Idoso.