



Congresso Internacional de Envelhecimento Humano

Avanços da ciência e das políticas públicas para o envelhecimento

INFLUÊNCIA DOS EXERCÍCIOS TERAPÊUTICOS EM CIRCUITO NA QUALIDADE DE VIDA DO IDOSO

Agnes Raquel da Silva Correia
Fábia Azambuja Pereira Salviano
Anairtes Martins de Melo
Gisele Lopes Oliveira
Edeiza Ataliba Bastos

RESUMO

INTRODUÇÃO: No envelhecimento o indivíduo passa por diversas fases onde ocorrem transformações tanto no aspecto biológico, como psíquico social enfatizando perdas funcionais progressivas e consideráveis. O exercício terapêutico neste momento da vida tem efeitos na melhora da força muscular, resistência, coordenação motora, autoestima, além de otimizar a qualidade de vida. Diante de uma equipe interdisciplinar o fisioterapeuta poderá se destacar neste contexto não só com a reabilitação, mas também na perspectiva da prevenção e da educação em saúde. **OBJETIVO:** Analisar a influência de exercícios terapêuticos em circuito na qualidade de vida do idoso através da aplicação do questionário de avaliação da qualidade de vida *Short Form -36 (SF-36)*, antes e após a intervenção. **METODOLOGIA:** A referida pesquisa foi de natureza quantitativa, do tipo analítica e de intervenção. A população deste estudo foi 50 idosos e a amostra, analisada de acordo com os critérios de inclusão, foi formada por 10 indivíduos, do gênero feminino. A coleta de dados foi realizada em três fases: na primeira foi aplicado o questionário de avaliação da qualidade de vida SF-36; na segunda etapa foi realizada a intervenção fisioterapêutica baseada em exercícios terapêuticos em

circuito; e na última fase a reaplicação do questionário de qualidade de vida. A intervenção fisioterapêutica aconteceu duas vezes na semana totalizando 10 atendimentos em um salão de uma igreja evangélica localizado em Fortaleza-Ceará, no período de julho e agosto de 2010. Foram preservados os princípios de respeito ao indivíduo e cada participante assinou o termo de consentimento livre esclarecido, mantendo o sigilo da identificação de cada participante e respeitando os aspectos bioéticos. A pesquisa foi submetida ao Comitê de Ética em Pesquisa do Hospital Dr. Carlos Alberto Studart, com parecer favorável através do número de protocolo 767/10. **RESULTADOS:** Os resultados obtidos enfocam a melhora de aspectos físicos com ascensão de 55 para 100; emocionais: 76,67 para 100; e sociais: 76,25 para 87,5; e estado geral/saúde: 55,8 para 58,5 pontos. **CONCLUSÃO:** Diante disso podemos observar benefícios do exercício físico para melhora da qualidade de vida em idosas, concluindo que através da ação fisioterapêutica houve benefícios na qualidade de vida do grupo investigado.

Palavras chaves: Idoso; Qualidade de Vida; Exercício.