



A RELAÇÃO ENTRE A CAPACIDADE FUNCIONAL SUBJETIVA E OBJETIVA APÓS UMA INTERVENÇÃO DE 24 SEMANAS EM IDOSAS COM O MÉTODO PILATES.

Marcella Veronnica Pereira Gomes¹, Iury Steffenello Gonçalves², Andreia Paes Oliveira³, Giulia de Pádua Constâncio⁴, Reginaldo Souza Fayal Junior⁵, Marcela Rodrigues de Castro⁶

¹ Mestranda Do Programa de Pós-Graduação Ciência do Movimento Humano (PPGCMH), Universidade Federal do Pará - Campus Guamá/Belém - PA, Brasil

² Educação Física, Universidade Federal da Bahia - Campus Salvador - BA, Brasil

³ Curso de Educação Física, Universidade Federal do Pará- Campus Castanhal-PA, Brasil

⁴ Nutrição, Universidade Salvador - UNIFACS - Campus Salvador - BA, Brasil

⁵ Curso de Educação Física, Uninassau - Campus Belém-PA, Brasil

⁶ Líder do Núcleo de Pesquisa em Motricidade e Saúde, Docente do curso de Educação Física e do Programa de Pós-graduação em Ciências da Reabilitação - Universidade Federal da Bahia, Brasil

E-mail: marcella.gomes@castanhal.ufpa.br

Palavras-Chave: *Atividades Diárias; Método Pilates; Pessoas Idosas.*

INTRODUÇÃO

A prática regular de atividades físicas é uma estratégia preventiva e eficaz, com efeitos benéficos diretos e indiretos nas perdas funcionais relacionadas ao envelhecimento. Assim, torna-se relevante a seleção cuidadosa de ferramentas específicas e ajustadas às necessidades dessa população. Objetivo: Identificar a relação entre capacidade funcional (CF) avaliada de modo objetiva e subjetiva.

MÉTODOS

Trata-se de uma pesquisa experimental de intervenção, realizada no Núcleo de Pesquisa em Motricidade e Saúde – Núcleo MotriS, vinculado ao departamento de Educação Física da Universidade Federal da Bahia. Os critérios de inclusão foram indivíduos aptos a praticarem atividade física; idosos a partir de 60 anos; indivíduos que apresentassem condições cognitivas suficientes para responder aos questionários e serem do sexo feminino. Foram excluídos no estudo, aqueles indivíduos que possuíam doenças e/ou problemas e sintomas físico-motores e/ou intelectuais que impossibilitaram a aplicação dos questionários; que estivessem fora da faixa etária estabelecida, e não frequentasse as aulas em pelo menos

75%. Para verificação da CF de modo objetivo foram utilizados os testes de Levantar-se da posição sentado (LPS), Vestir e tirar uma camisa (VTC) e Levantar da posição decúbito ventral (LPDV) do protocolo do Grupo de Desenvolvimento Latino-Americano para a Maturidade (GDLAM). Para mensuração subjetiva da CF foi aplicada a subescala de CF do protocolo Short form-36 health survey (SF-36). Ambos foram aplicados em dois momentos: T1 (semana 0) e T2 (semana 25). Os dados foram analisados pelo Software R Core (2018), a não normalidade confirmada pelo Shapiro Wilk, para o efeito de tempo foi utilizado o teste Wilcoxon Pareado nas variáveis do GDLAM e o teste t de Student para o SF-36, para a correlação entre a diferença Pós-Pré das variáveis do GDLAM e do SF-36, foi utilizado o teste de Correlação de Pearson mais adequado quando ambas as variáveis possuíam distribuição Normal, e sua alternativa não paramétrica e o teste de Correlação de Spearman, quando uma das duas variáveis não possuíam distribuição Normal. Esta pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Escola de Enfermagem da Universidade Federal da Bahia, CAAE número 94008218.0.0000.5531.



RESULTADOS

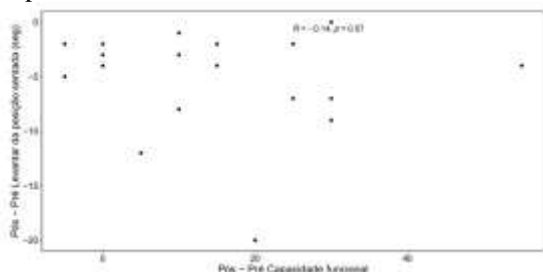
Houve efeito de tempo sobre as variáveis LPS T1 ($6,8 \pm 4$), T2 ($4,2 \pm 1,3$), ($p > 0,001$) e LPDV T1 ($6,8 \pm 4$) e T2 ($4,2 \pm 1,3$), ($p > 0,001$), não ocorreu para VTC T1 ($20,4 \pm 4$) e T2 ($15,5 \pm 3,5$), ($p = 0,193$). Houve efeito de tempo sobre o escore total ($p < 0,01$) e em todas as subescalas do SF-36: Capacidade funcional ($p = 0,0004$). A subescala de CF do SF-36 não apresentou correlação significativa com o escore total do GDLAM ($r = -0,001$, $\rho = -0,119$).

Tabela 01 – Teste de Normalidade (Shapiro-Wilk).

Variável	P
GDLAN	
VTC(seg)	0.193
LPS(seg)	<0.001
LPDV(seg)	<0.001
Sf-36	
CF	0.015

Tamanho da amostra: 19 indivíduos. Normal: $p > 0,05$. GDLAM;SF-36;SEG: segundos. Fontes do autor.

Figura 01 – Gráfico de dispersão entre as variáveis Diferença Pós - Pré da variável Capacidade funcional e Diferença Pós - Pré da variável Capacidade Funcional.



CONCLUSÃO

Embora não tenha sido observado correlação entre os métodos objetivo e subjetivo de avaliação da capacidade

funcional, para ambos foi detectado efeito de tempo, indicando que o MP promove melhorias na CF. Ademais, a depender da questão do estudo torna-se relevante as duas formas de mensuração dessa variável.

AGRADECIMENTOS

Agradeço aos voluntários que foram parte fundamental nesse projeto, ao grupo Motris pelo suporte intelectual e a Universidades Federal da Bahia.

REFERÊNCIAS

Leitão L.F. *et al.* Retenção da capacidade funcional em mulheres idosas após a cessação de um programa de treino multicomponente: Estudo longitudinal de 3 anos. *Motricidade*, Vila Real, v. 11, n.3, p.8891,2015.<http://dx.doi.org/10.6063/motricidade.3946>.

Pérez V.S.C., *et al.* Effects of 16-weeks of Pilates on functional autonomy and life satisfaction among elderly women. *Journal of Bodywork & Movement Therapies*, revista eletrônica, v.22, n.2, p. 1-6, jun. 2017. DOI:10.1016/j.jbmt.2017.06.014

Lenardt M. H.*et al.* Frailty and quality of life in elderly primary health care users. *Revista Brasileira de Enfermagem*, Brasília, v. 69, n. 3, p.448-453, mai/jun. 2016.

Ciconelli, R. M. *et al* Tradução para a língua portuguesa e validação do Questionário genérico de avaliação de qualidade de vida SF-36 (Brasil SF-36). *Revista Brasileira de Reumatologia*, vol. 39, n. 3. p. 143-50, 1999.