

RELAÇÃO ENTRE MOBILIDADE DE TORNOZELO E DESEMPENHO NA MARCHA EM MULHERES ACIMA DE 60 ANOS.

Diêgo Augusto Nascimento Santos
Antônio Gomes de Resende Neto (CREF: 002225-G/SE)
Elenilton Souza Correia (CREFITO: 195413-F)
Marceli Matos Andrade Mesquita (CREFITO: 175599-F)
Marzo Edir Da Silva-Grigoletto (CREF: 006427-G/RS).
Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Departamento de Educação Física Programa de Pós Graduação em Educação Física, Universidade Federal de Sergipe, Brasil.
Contato: diegoaugustoufs@gmail.com
PALAVRAS-CHAVE: Envelhecimento. Atividades diárias. Idoso

INTRODUÇÃO: O envelhecimento é um processo natural, irreversível e inerente ao ser vivo, o qual acarreta diversas mudanças a nível estrutural e funcional. Na estrutura musculoesquelética ocorre a instalação do processo de sarcopenia com a perda da qualidade muscular, especialmente nos membros inferiores, grupamento preponderante para a independência funcional. Uma característica de decréscimo funcional é a redução de amplitude de movimento (ADM), que causa déficits em padrões de movimento realizados nas atividades diárias, como por exemplo, a marcha, que é afetada causando um maior grau de dependência e vulnerabilidade dessa população. Estudos vêm observando que o padrão de marcha está diretamente ligado com a amplitude de movimento do complexo articular do tornozelo. **OBJETIVO:** Identificar a correlação entre os testes levantar e caminhar (L.C), caminhada de seis minutos (C6) e *Ankle Test* (A.T) em idosas. **METODOLOGIA:** Participaram deste estudo 44 idosas saudáveis inscritas em um programa de treinamento neuromuscular e cardiometabólico. Para avaliar os determinantes da marcha foram realizados os testes de levantar e caminhada de seis minutos do protocolo *Senior Fitness Test* e para adm de tornozelo o *Ankle Test*. Os dados foram apresentados através de Média (M) e Desvio Padrão (DP). Para analisar a associação entre as variáveis foi utilizado à correlação de Pearson, considerando $p \leq 0,05$ para significância estatística. **RESULTADOS:** Os valores observados em média e desvio padrão no teste de (L.C.), (C.6) e (A.T), foram respectivamente: $4,9 \pm 0,4s$; $569,03 \pm 44,4m$; $10,2 \pm 2,6cm$. No teste de (C.6) apresentaram correlação moderada direta e significativa com o (A.T) para ambos os lados, direito ($r = 0,39$ e $p = 0,048$), esquerdo ($r = 0,48$ e $p = 0,014$). Com relação ao teste (L.C) uma associação inversa fraca, porém significativa foi encontrada para o lado direito ($r = -0,15$ e $p = 0,047$), já para o lado esquerdo, inversa moderada e não significativa ($r = -0,37$ e $p = 0,068$). **CONCLUSÃO:** De acordo com os resultados encontrados neste estudo, se observa que a ADM do tornozelo está associada de forma moderada com as habilidades de marcha avaliadas neste estudo. Dessa forma o estudo corrobora com a literatura atual, que relaciona o bom desempenho na marcha com a ADM de tornozelo, ainda que de forma moderada.

REFERÊNCIAS

- BRANDALIZE D.; de ALMEIDA P. H. F.; MACHADO J.; ENDRIGO R.; CHODUR A.; ISRAEL V. L. Efeitos de diferentes programas de exercícios físicos na marcha de idosos saudáveis: uma revisão. **Fisioter. Mov.**, v.24, n.3, p.549-556, 2011
- RIKLI, R. E.; JONES, C. J. Development and validation of a functional fitness test for community-residing older adults. **J Aging Phys Activity**. v. 7, p. 129-161, 1999

-
- FECHINE, B. R. A.; TROMPIERI, N. Processo de Envelhecimento: As principais alterações que acontecem com o idoso com o passar dos anos. **Revista Científica Internacional**. v. 1, n. 7, p. 106-132, 2012
- OLIVER GONZALO-SKOK et al. Relationships between functional movement tests and performance in young elite male basketball Players. **The International Journal of Sports Physical Therapy**. n.10 v.5, p.628-638,2015.
- BARBOSA et al. Effects of sensory motor training of lower limb in sedentary elderly as part of functional autonomy. **Rev Andal Med Deporte**. v.2, n.8, p.61-66, 2015.