

---

## ASSOCIAÇÃO ENTRE ÍNDICE DE MASSA CORPORAL, CAPACIDADE FUNCIONAL E QUALIDADE DE VIDA EM IDOSAS SEDENTÁRIAS

ELOISA DOS SANTOS VITOR,  
LEANDRO HENRIQUE ALBUQUERQUE BRANDÃO,  
LEURY MAX DA SILVA CHAVES,

ANTÔNIO GOMES DE RESENDE NETO (CREF: 002225-G/SE),  
MARZO EDIR DA SILVA GRIGOLETTO (CREF: 006427-G/RS).

Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Departamento de Educação Física, Universidade Federal de Sergipe, Brasil.  
neto.resende-edf@hotmail.com

**INTRODUÇÃO:** O envelhecimento é um processo natural do organismo em que todo o sistema psicobiológico sofre efeitos deletérios como perda progressiva da qualidade muscular, além de diminuição nos níveis de diferentes componentes da aptidão física como a força e a capacidade cardiorrespiratória. **OBJETIVO:** Analisar associação entre índice de massa corporal, capacidade funcional e qualidade de vida em idosas sedentárias. **MÉTODOS:** Participaram do estudo noventa e quatro idosas, inscritas em um programa de treinamento neuromuscular (65,3 ± 4,4 anos). Para o Índice de massa corporal (IMC) foi determinado o peso (kg) através de uma balança (*Lider@*, P150C, São Paulo, Brasil), com capacidade máxima de 150 kg. A estatura (cm) foi determinada através de um estadiômetro (**Sanny, ES2030**, São Paulo, Brasil). A capacidade funcional foi verificada pelos testes de Sentar e levantar da cadeira (SL - número máximo de repetições em 30 segundos) e Caminhada de seis minutos (C6M- maior distância percorrida em 6 minutos). Para qualidade de vida (QV) foi utilizado o questionário estruturado WHOQOL-BREF que é constituído de 26 questões, englobando quatro domínios da vida: fatores físicos, psicológicos, sociais e ambientais. Os dados foram apresentados em média e desvio padrão e analisados a partir da correlação de Pearson para identificar associações entre as variáveis. **RESULTADOS:** As variáveis apresentaram os seguintes perfis: IMC: 28,25 ± 5,39 kg/m<sup>2</sup>; SL: 17,03 ± 3,05 repetições; C6M: 557,05 ± 49,98 metros; e QV: 99,75 ± 11,97 pontos. Os valores de IMC apresentaram uma correlação inversa, baixa e significativa com a força-resistência de membros inferiores ( $r = -0,184$  e  $p=0,046$ ), Capacidade cardiorrespiratória ( $r = -0,344$  e  $p=0,001$ ) e qualidade de vida ( $r = -0,225$  e  $p=0,029$ ). **CONCLUSÃO:** Constata-se que altos valores no Índice de massa corporal parece influenciar negativamente na capacidade funcional e na qualidade de vida em idosas sedentárias.

**Palavras-chave:** envelhecimento; atividades diárias; saúde.