

Subprojeto de Iniciação Científica

Edital:	Edital PIBIC 2014/2015
Título do Subprojeto:	Efeitos de um programa multimodal de atividades físicas sobre os critérios de fragilidade em idosos institucionalizados
Candidato a Orientador:	Alessandra Paiva de Castro Vidal
Candidato a Bolsista:	COLOQUEM AQUI O NOME DA ALUNA COM O MAIOR COEFICIENTE

Resumo: O objetivo deste estudo será verificar os efeitos de um programa multimodal de atividades físicas em grupo sobre a fragilidade em indivíduos idosos de uma instituição de longa permanência. Este será um ensaio clínico não randomizado, composto por uma amostra consecutiva de 20 residentes do Asilo dos Velhos de Vitória. Serão excluídos os indivíduos que tiverem menos de 60 anos, os que forem incapazes de deambular de forma independente e os que possuírem deficiência cognitiva que impeça a realização da avaliação e da intervenção. Os sujeitos serão avaliados antes e após a intervenção quanto aos critérios de fragilidade (perda de peso não-intencional, auto-relato de fadiga, força de preensão, nível de atividade, e velocidade da marcha). Será realizada uma intervenção fisioterapêutica com tarefa dupla, por meio de um programa de atividade física. Os idosos serão atendidos em grupo, num total de 12 sessões realizadas de setembro a outubro de 2014. As atividades serão realizadas três vezes por semana, em dias não consecutivos. Cada sessão terá a duração total de 60 minutos. Os dados serão analisados de forma descritiva e inferencial. Espera-se verificar se o programa multimodal testado é capaz de melhorar os critérios de Fragilidade na população estudada.

Palavras chave: Instituição de longa permanência para idosos. Fisioterapia. Equilíbrio corporal. Atividades físicas. Fragilidade.

1 Introdução

A fragilidade é considerada um tema relevante na senescência humana, porém **não há um** consenso sobre seu significado **e sim**, múltiplas definições da literatura. **Autores** a classificam como uma síndrome clínica que causa redução das reservas biológicas orgânicas e diminuição da resistência aos estressores, o que representa um aumento na vulnerabilidade e no risco de quedas, hospitalização, incapacidade, institucionalização e morte. Fried et al. (2001) descreve em seu estudo fatores fenótipos da fragilidade que são: perda de peso não intencional, auto-relato de fadiga, diminuição da força de preensão, velocidade de marcha reduzida e baixo nível de atividade física. O idoso é considerado frágil quando apresenta três ou mais desses critérios (1,2).

Segundo pesquisa realizada **pelo Instituto** Brasileiro de Geografia e Estatística, a população idosa está aumentando cada vez mais (3). Isso implica na importância **do** estudo da fragilidade visando desenvolvimento de estratégias preventivas. Os processos relacionados ao envelhecimento e **à** sobrevida poderão ser identificados por meio de instrumentos encontrados na investigação da fragilidade, a qual aumenta de acordo com a idade. O estudo realizado por Jack Roberto et al. (2012) concluiu que idosos

frágeis são predominantes no município de Ribeirão Preto, sendo as mulheres em maioria, com nível de dependência maior. Esse estudo evidenciou também que a dependência dos idosos é maior quando a idade, o fenótipo de fragilidade e número de morbidades estão elevados (4). Brown et al. (2000) analisou mobilidade funcional, força muscular, flexibilidade, equilíbrio, sensibilidade, marcha e coordenação e velocidade, onde encontrou melhora na maior parte dos itens avaliados, excedendo a sensibilidade, coordenação e velocidade (5).

Na literatura não se encontrou estudos com um programa de intervenção para esse grupo, principalmente em instituições de longa permanência, sendo eficaz observar as mudanças nas variáveis da fragilidade através da aplicação deste projeto. Portanto o presente estudo visa saber como um programa multimodal de fisioterapia pode influenciar na vida de pacientes idosos institucionalizados que se enquadram nos critérios de fragilidade já citados.

2 Objetivos

Deve conter, de forma concisa, os objetivos gerais e específicos do trabalho, ou seja, as hipóteses que se quer demonstrar, os dispositivos que se quer montar, os compostos que se deseja sintetizar, as idéias que se deseja corroborar ou refutar, etc. Também deve-se dar, de forma concisa, as razões pelas quais se quer atingir estes objetivos.

3 Metodologia

Definir, com base na revisão bibliográfica ou em trabalhos preliminares, a metodologia que deverá ser utilizada para testar a hipótese formulada e atingir os objetivos estabelecidos. Apresentar o procedimento de trabalho, o material que deverá ser utilizado, o tratamento da informação e o procedimento estatístico, se for o caso.

Esta seção deve detalhar os aspectos da metodologia empregada nas atividades especificamente executadas pelo estudante e apresentar sua relação com o Projeto de Pesquisa do orientador.

4 Plano de Trabalho / Cronograma

Explicitar as atividades que serão desenvolvidas pelo bolsista e seu cronograma de execução para que o objetivo do subprojeto possa ser alcançado, especificando período de início e término. As atividades não devem ser apenas listadas, é necessário apresentar uma breve descrição de sua relevância e justificativa para o subprojeto proposto e a forma de execução.

ATIVIDADES

Lista de atividades*
1-
2-
3-
4-

* inserir o número de linhas necessário

CRONOGRAMA (Ago/20__ a Jul/20__)

Atividade	ago	set	out	nov	dez	jan	fev	mar	abr	mai	jun	jul
1												
2												
3												
4												

Estabelecer um cronograma de trabalho de pesquisa, o qual deverá organizar a seqüência das atividades.

5 Referências

Enumere aqui as referências bibliográficas citadas no texto, de acordo com as regras da ABNT.

1. Fried LP, Tangen C, Walston J, Newman A, Hirsch C, Gottdiener J, Seeman T, Tracy R, Kop WJ, Burke G, McBurnie MA. Frailty in older adults: Evidence for a phenotype. *J Gerontol* 2001; 56A(3):M146-156.
2. Walston J, Hadley EC, Ferrucci L, Guralnik JM, Newman AB, Studenski SA, et al. Research agenda for frailty in older adults: toward a better understanding of physiology and etiology: summary from the American Geriatrics Society/National Institute on Aging Research Conference on Frailty in Older Adults. *J Am Geriatr Soc.* 2006 Jun;54(6):991-1001.
3. “População idosa no Brasil cresce e diminui número de jovens, revela Censo”. Disponível em: <http://www.brasil.gov.br/ciencia-e-tecnologia/2011/04/populacao-idosa-no-brasil-cresce-e-diminui-numero-de-jovens-revela-censo>. Acesso em 08/05/2014 às 18:07.
4. Fhon JRS; Diniz MA; Leonardo KC; Kusumota L; Haas JV; Rodrigues AP. Síndrome de fragilidade relacionada à incapacidade funcional no idoso. *Acta Paul Enferm.* 2012;00(0):000-0
5. Brown M, Sinacore DR, Ehsani AA, Binder EF, Holloszy JO, Kohrt WM. Low-intensity exercise as a modifier of physical frailty in older adults. *Arch Phys Med Rehabil.* 2000;81(7):960-5.