



**INTERVENÇÃO FISIOTERAPÊUTICA COM TAREFA DUPLA PARA MELHORA DA FUNÇÃO COGNITIVA, POSTURA, EQUILÍBRIO, FRAGILIDADE E FUNÇÃO CARDIOPULMONAR EM IDOSOS**

**DESCRIÇÃO**

**Registro**

400996

**Revisão**

15/12/2014

**Status**

Ativo

**Título**

Intervenção Fisioterapêutica com tarefa dupla para melhora da função cognitiva, postura, equilíbrio, fragilidade e função cardiopulmonar em idosos

**Data de início**

01/12/2014

**Previsão de término**

13/03/2015

**Data de aprovação pelo Órgão Competente**

27/11/2014

**Órgão Competente**

Câmara Departamental

**Ano da primeira apresentação**

2014

**Unidade**

Centro de Ciências da Saúde

**Departamento**

Departamento de Educação Integrada em Saúde

**Programa vinculado**

SEM VÍNCULO

**Principal Área Temática de Extensão**

Saúde

**Área Temática de Extensão Afim**

NÃO POSSUI

**Linha de Extensão**

Atenção Integral à Terceira Idade

**Grande Área do Conhecimento**

Ciências da Saúde

**Bolsa PBEXT**

0

**Bolsa Externa**

0

**Desejo vincular ação de extensão à concorrência de bolsa**

Não

**Palavras-chave**

idoso; instituição de longa permanência; deformidades articulares adquiridas; doenças cardiovasculares; medidas de volume pulmonar; fragilidade;

**Apresentação e justificativa**



**INTERVENÇÃO FISIOTERAPÊUTICA COM TAREFA DUPLA PARA MELHORA DA FUNÇÃO COGNITIVA, POSTURA, EQUILÍBRIO, FRAGILIDADE E FUNÇÃO CARDIOPULMONAR EM IDOSOS**

O aumento do número de idosos no Brasil contribui para que, cada vez mais, os serviços das Instituições de Longa Permanência (ILP) sejam utilizados (ANDRADE et al; 2005). Embora alguns moradores sejam capazes de deambular, quando institucionalizados, os idosos passam a maior parte do seu tempo deitados. Assim, adquirem problemas de fragilidade física, e passam a vida de forma sedentária. A imobilidade pode contribuir para o agravamento do declínio funcional e cognitivo durante o envelhecimento produzindo consequências fisiopatológicas graves como a atrofia muscular, a diminuição do equilíbrio e os problemas cardiorrespiratórios (LAZOWSKI et al., 1999; AVEIRO et al, 2004). Além disso, há susceptibilidade a instalação de depressão e demência neste ambiente. A intervenção motora com tarefa dupla foi sugerida por Sheridan e Hausdorf (2007) que observaram grande influência da cognição, particularmente das funções executivas, no controle motor. Durante o treino, enquanto realizavam uma tarefa motora (quicar bola, caminhada, exercícios com pesos), os indivíduos deveriam pronunciar palavras segundo critérios semânticos (dizer nomes de animais, nomes de frutas, nomes de pessoas, ou nomes de flores), ou realizar tarefas cognitivas de contagem regressiva. E ainda reagir frente a estímulos sensoriais (apito, música) e comandos verbais, para modificar uma ação motora (iniciar, terminar e iniciar novamente) (ANDRADE, 2011).

É importante destacar, que além dos benefícios cognitivos, a intervenção motora pode melhorar os componentes da capacidade funcional, como: força muscular, flexibilidade, equilíbrio, capacidade aeróbia, entre outros. Tais ganhos são essenciais para a realização das atividades de vida diária e menor dependência devido a comprometimentos físicos no processo de envelhecimento (ACSM, 2009).

Desta forma, a implantação de um programa de atividades para idosos institucionalizados que se baseie em exercícios de força muscular, flexibilidade e equilíbrio, aliado ao estímulo cognitivo, poderia contribuir para o aumento da resistência e da funcionalidade de forma geral, diminuindo o risco de desenvolvimento de comorbidades, e consequentemente, melhorando alguns domínios da qualidade de vida e a própria sobrevivência (TAVARES E SACCHELLI, 2009).

Portanto, o objetivo deste projeto de extensão será realizar uma intervenção fisioterapêutica com tarefa dupla para melhora da função cognitiva, postura, equilíbrio, fragilidade e função cardiopulmonar em idosos residentes em uma ILP do município de Vitória. Considerando a base teórica e as evidências científicas mais recentes sobre o tratamento fisioterapêutico em idosos pretende-se realizar uma intervenção fisioterapêutica em 78 idosos residentes do Asilo dos Velhos de Vitória. Espera-se que através da intervenção fisioterapêutica seja possível melhorar os aspectos cognitivos, as alterações posturais, os distúrbios do equilíbrio, a fragilidade e a função cardiopulmonar nestes idosos.

**Objetivos gerais**

- Oferecer aos idosos um atendimento fisioterapêutico de qualidade, prescrito a partir da avaliação fisioterapêutica.

**Objetivos específicos**

- Possibilitar condições para que os alunos do curso de Fisioterapia apliquem técnicas de avaliação e de tratamento aprendidas na graduação e para que aprendam novas técnicas;  
- Possibilitar condições para que os alunos do curso de Fisioterapia pratiquem o raciocínio crítico na elaboração de programas de tratamento mais adequados a condições específicas como a saúde do idoso institucionalizado.

**Metodologia**

O projeto incluirá todos os residentes do Asilo dos Velhos de Vitória que aceitarem participar do projeto (n= 78). Os idosos ou os seus representantes legais, assinarão o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido antes da participação no projeto. Dentre os critérios que possibilitarão a exclusão do idoso da pesquisa, citam-se: o idoso que esteja em um pico de sua doença cardiovascular ou com doença cardiopulmonar grave, com sequelas de doenças neurológicas, com história de fratura recente em membros inferiores e com neoplasia em atividade nos últimos cinco anos, bem como o idoso que não deambula.

Este projeto de extensão é parte integrante de um projeto de pesquisa aprovado pela PRPPG/UFES (5511/2014). Desta forma, poderá produzir dados para pesquisa científica. Assim, ressalta-se que o projeto de condução da pesquisa e da extensão foi previamente aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa UFES (Parecer consubstanciado nº 848.309).

Os participantes serão atendidos em grupos de 20 idosos, por duas acadêmicas de fisioterapia supervisionadas por uma professora fisioterapeuta. A intervenção fisioterapêutica terá duração de um mês e será realizada de janeiro a fevereiro de 2015. As atividades serão realizadas três vezes por semana, em dias não consecutivos. Cada sessão terá a duração total de 60 minutos e será estruturada da seguinte forma: aquecimento; condicionamento; finalização: relaxamento. Para diminuir os riscos, as atividades serão realizadas em um salão dentro do próprio asilo. O idoso será monitorado ao longo de toda a sessão pelas acadêmicas.

Antes e após a intervenção fisioterapêutica os idosos serão avaliados quanto à função cognitiva, deformidades e alterações posturais, equilíbrio, fragilidade, flexibilidade, percepção da fadiga, capacidade funcional e função pulmonar. Inicialmente o idoso será avaliado através de anamnese e exame físico. Para a avaliação da função cognitiva, será utilizado o Mini Exame do Estado Mental (FOLSTEIN et al., 2001). Para avaliação de sintoma depressivo será realizada a Escala de depressão geriátrica (EDG) (PARADELA et al, 2005).

Para avaliação postural será utilizado um software de avaliação postural chamado SAPO que é um dos programas de posturografia computadorizada (FERREIRA, 2005). A avaliação da flexibilidade será realizada através de um flexímetro (MONTEIRO, 2000).

Os idosos realizarão o teste de caminhada de 6 minutos para avaliar o condicionamento cardiovascular, e responderão à Escala de percepção da Fadiga de Chalder para analisar o grau de fadiga de cada um (CHALDER et al; 1993). Os idosos também serão submetidos à avaliação da função pulmonar (espirometria), em seguida será realizada a ventilômetria e a manovacuometria (PINHEIRO et al; 2011; SBTP, 2002; PINHEIRO et al; 2011).

Todos materiais necessários para as avaliações e exercícios serão obtidos nos Laboratórios do Curso de Fisioterapia do Departamento de Educação Integrada em saúde e estão disponíveis.

**Forma de avaliação da ação de Extensão**

Será realizada uma intervenção fisioterapêutica com tarefa dupla nos idosos residentes no Asilo dos Velhos de Vitória. A partir dos dados coletados antes e após a intervenção fisioterapêutica, serão avaliados os benefícios do programa de exercício para idosos residentes em ILP e artigos poderão ser publicados.

**Site**

-

**Origem do público-alvo**



**INTERVENÇÃO FISIOTERAPÊUTICA COM TAREFA DUPLA PARA MELHORA DA FUNÇÃO COGNITIVA, POSTURA, EQUILÍBRIO, FRAGILIDADE E FUNÇÃO CARDIOPULMONAR EM IDOSOS**

Interno e Externo

**Caracterização do público-alvo**

Externo - Participantes: idosos residentes em ILP do município de Vitória;  
Interno - Acadêmicos do curso de Fisioterapia da UFES que realizarão a intervenção fisioterapêutica.

**Captação por edital de fomento**

Não

**Articulado com política pública**

Não

**Plano de atividades previstas**

- 1- Apresentação do projeto aos idosos residentes na instituição de longa permanência de Vitória-ES.
- 2- Avaliação: MEEM, Anamnese e exame físico dos idosos. Inclui história, mensuração dos sinais vitais, avaliação da postura, da flexibilidade, equilíbrio, fragilidade e antropometria.
- 3- Avaliar a percepção à fadiga e condicionamento cardiovascular.
- 4- Realizar a intervenção através das sessões de fisioterapia motora com tarefa dupla.
- 5- Realizar a reavaliação.
- 6- Confeccionar relatório de avaliação dos resultados.

**Plano de acompanhamento e orientação**

Os alunos serão acompanhados e orientados durante todo projeto pelas professoras.

**Processo de avaliação**

Os alunos farão avaliações antes e após a intervenção fisioterapêutica e um relatório com os resultados será apresentado a direção do asilo.

**Infra-estrutura física**

Todos materiais necessários para as avaliações e exercícios serão obtidos nos Laboratórios do Curso de Fisioterapia do Departamento de Educação Integrada em saúde e estão disponíveis. Além disso, a intervenção ocorrerá em um salão dentro do próprio asilo.

**Vínculo com Ensino**

Sim

**Vínculo com Pesquisa**

Sim

**Público estimado**

78

**Informações adicionais**

-

**EQUIPE**

Participação	Nome	Telefone	E-mail	Unidade	Departamento/Curso/Setor
Coordenador	Fernanda Moura Vargas Dias	27 3315 5597	fernanda.dias@ufes.br fernanda.dias@ufes.br	-	Grupo de Servidores do Departamento de Educação Integrada em Saúde (dis)
Co-coordenador	Alessandra Paiva de Castro Vidal	27 3082 9617	alessandra.castro@ufes.br	-	Grupo de Servidores do Departamento de Educação Integrada em Saúde (dis)
Participante Não-Bolsista	Jenniffer Barbosa dos Reis	27 3223 8842	jenniffer.reis@aluno.ufes.br	-	-
Participante Não-Bolsista	Thais Nunes Menezes	3034 1918	thais.n.menezes@aluno.ufes.br	-	-
Participante Não-Bolsista	Bruhna Schwambach	27 3736 1158	bruhna.schwambach@aluno.ufes.br	-	-
Participante Não-Bolsista	Carolina de Souza Medeiros	27 3372 1816	carolina.s.medeiros@aluno.ufes.br	-	-
Participante Não-Bolsista	Rafaela Sartori	27 3769 1843	rafaela.sartori@aluno.ufes.br	-	-
Participante Não-Bolsista	Lorena Souza Diniz	27 3376 7228	lorena.diniz@aluno.ufes.br	-	-
Participante Não-Bolsista	Hevely Cristina Moutinho de Souza	73 3292 0140	hevely.souza@aluno.ufes.br	-	-
Participante Não-Bolsista	Luanna do Nascimento Fracalossi	27 3323 6606	luanna.fracalossi@aluno.ufes.br	-	-



**INTERVENÇÃO FISIOTERAPÊUTICA COM TAREFA DUPLA PARA MELHORA DA FUNÇÃO COGNITIVA, POSTURA, EQUILÍBRIO, FRAGILIDADE E FUNÇÃO CARDIOPULMONAR EM IDOSOS**

Participante Não-Bolsista	Brenda Goncalves Stocco	27 3251 4748	brenda.stocco@aluno.ufes.br	-	-
Participante Não-Bolsista	Lorenza Pretti Maciel Nunes Reis	27 3061 3667	lorenza.reis@aluno.ufes.br	-	-
Participante Não-Bolsista	Hercules Lazaro Morais Campos		hercules.campos@ufes.br	-	-

**PARCERIAS**

CNPJ	Nome	Caracterização	Tipo
28.165.272/0001-60	SOCIEDADE DE ASSISTÊNCIA À VELHICE DESAMPARADA	Instituição Privada sem fins lucrativos	Outros

**FOMENTO**

**Existe execução financeira?**

Não

**ABRANGÊNCIAS**

Nome	Estado	Município	CEP	Detalhes
Sociedade de Assistência à Velhice Desamparada	Espírito Santo	Vitória	29.053-250	Rua Anselmo Serrat, 250 ? Monte Belo, Vitória, Brasil, Telefone: 027 ? 3223-3678 telefax: 027 ? 3323-6138

**AÇÕES VINCULADAS**

Tipo	Título da Ação de Extensão
------	----------------------------

**RESULTADOS ESPECÍFICOS**

**Público atingido**

0

**RESULTADOS GERAIS**

Data	Resultados
------	------------

**PRODUÇÕES**

Tipo	Título	Identificação
------	--------	---------------