

ANAIS CONBEAS/SIAFTI

DOCUMENTO PRÉVIO

Organizadores:

Breno Guilherme De Araújo Tinoco Cabral
Tamires Carneiro De Oliveira Mendes
Marcia Maria Lira De Mesquita

ISBN - XXXXX-

Ficha catalográfica

Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN

Sistema de Bibliotecas - SISBI

Catalogação de Publicação na Fonte. UFRN - Biblioteca Setorial do Centro Ciências da Saúde - CCS

--

Organização

COORDENAÇÃO

- TAMIRES CARNEIRO DE OLIVEIRA MENDES
- BRENO GUILHERME DE ARAUJO TINOCO CABRAL

COMISSÃO ORGANIZADORA

- ANA CAROLINA PATRICIO DE ALBUQUERQUE SOUSA
- DANIELE GOMES DA SILVA SOARES
- DENILSON DE CASTRO TEIXEIRA
- DERISCLEIA RODRIGUES RAMOS NOBREGA
- DONALIA CANDIDA NOBRE
- ELLEN CECILIA SANTOS FELIX
- EWERTON WILLIAM GOMES BRITO
- ILANA CARNEIRO FARIAS SILVA
- IVANISE MARINA MORETTI REBECHI
- JOYCE MARIANA ALVES BARROS
- JULIANA FELIX DA SILVA
- KADMA LANÚBIA DA SILVA MAIA
- KAROLINE FERNANDES PINTO LOPES
- MARCIA MARIA LIRA DE MESQUITA
- MARIA APARECIDA DIAS
- MARCONE DE OLIVEIRA MAFFEZZOLLI
- MARISETE PERALTA SAFONS
- PATRICIA DOMINGUEZ CAMPOS
- PAULO MOREIRA SILVA DANTAS
- PRISCILLA DE CARVALHO MEDEIROS DANTAS
- VILANI MEDEIROS DE ARAUJO NUNES

VOLUNTÁRIOS

- ANA LÍVIA FREITAS DO NASCIMENTO
- ALVARO ANTONIO DE CARVALHO MACEDO
- ÂNGELA THAYSSA DURANS AMARAL
- ANUSKA IRENE DE ALENCAR
- BARBARA MAYARA DE LIMA ARAUJO
- CAROLINA OLIVEIRA DE CARVALHO
- CLEMER MATEUS GOMES TEIXEIRA
- FRANCISCO JEAN CARLOS DA SILVA
- JOSEANE LIMA DE ANDRADE
- JOSÉ LUCAS NEGREIROS ARAGÃO
- JOSIANE PEREIRA DOS SANTOS
- JOYCE ALVES DA SILVA
- JULIA DANIELLE DE MEDEIROS LEAO
- KAÍKE LORENZ DOS SANTOS LIMA
- LEONARDO FELIPE BARRETO DE OLIVEIRA
- LUIZ FELIPE DA SILVA
- LUIZA LISBOA KRAUSE DE ARAUJO E LIMA

- MARIANNE SILVA DE AZEVEDO
- MARIA ELOISA FREITAS SOUSA
- MICHAEL STARLLONE DE ARAUJO ARQUILINO
- MILENA BRITO LOPES
- RUZIANY LOUZADA
- THIAGO DA SILVA GOMES
- VICTOR GUILHERME DE CARVALHO FERNANDES
- WENDY SOUSA DE OLIVEIRA
- WILTON RODRIGUES MEDEIROS
- WIRNA RAFAELLA COSTA E SILVA
- JOSE CARLOS GOMES DA SILVA
- MATEUS FREITAS DE MEDEIROS
- FERNANDA CRISTINA SILVA DE OLIVEIRA
- VANESSA CARLA MONTEIRO PINTO
- CAROLINA OLIVEIRA DE CARVALHO
- YAGO TIBURCIO DA SILVA

Apresentação

O 1º Congresso Brasileiro sobre Envelhecimento Ativo e Saudável e XVI Seminário Internacional de Atividade Física para a Terceira Idade ocorreu de forma integrada, entre os dias 23 e 25 de maio de 2024, no campus central da Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN), Natal/RN.

O evento reuniu em formato multidisciplinar especialistas de diversas áreas, com o objetivo de aprofundar o conhecimento sobre o envelhecimento em consonância com os Objetivos do Desenvolvimento Sustentável e a Década do Envelhecimento Saudável, declarados pela Organização das Nações Unidas. O objetivo geral do evento foi de promover a atualização de conhecimentos científicos e a troca de experiências entre pesquisadores nacionais e internacionais, com participação de pessoas idosas da comunidade, visando orientar práticas para o bem-estar físico, mental e social ao longo da vida, com uma abordagem holística e interprofissional.

Desenvolvido para atender a um público diversificado, composto por docentes, pesquisadores, profissionais e estudantes, o congresso proporcionou um espaço para debates intergeracionais e troca de experiências. As temáticas exploradas, como cuidado individual e comunitário, intergeracionalidade, combate ao idadismo, desafios do envelhecimento populacional, seguridade social e empoderamento digital, saúde e qualidade de vida e envelhecimento ativo refletem uma abordagem que integra ciência, tecnologia e inovação para o desenvolvimento social e a saúde pública.

Coordenação geral

1. Sumário

ADEQUAÇÃO DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS DE PACIENTES ADULTOS E IDOSOS GRAVES COM LESÃO POR PRESSÃO	11
BENEFÍCIOS DA ATIVIDADE FÍSICA PARA A QUALIDADE DE VIDA E SAÚDE NA TERCEIRA IDADE.....	12
O EFEITO DE DUAS MODALIDADES DE TREINAMENTOS NA REDUÇÃO DE SINTOMAS DE ANSIEDADE E DEPRESSÃO EM IDOSOS.....	13
O QUE MOTIVA PESSOAS IDOSAS A PARTICIPAREM DO PROJETO DE EXTENSÃO ATIVIDOSO?.....	14
PERMEABILIDADE INTESTINAL E SUA ASSOCIAÇÃO COM VARIÁVEIS ANTROPOMÉTRICAS E BIOQUÍMICAS EM PESSOAS IDOSAS.....	15
A ASSOCIAÇÃO ENTRE O STS E AS CAPACIDADES FÍSICAS DE IDOSOS? UMA REVISÃO SISTEMÁTICA.....	16
A COEXISTÊNCIA DE CORRELATOS SOCIODEMOGRÁFICOS DIMINUI A ATIVIDADE FÍSICA NO LAZER EM IDOSOS ALAGOANOS	17
A HIDROGINÁSTICA COMO EXERCÍCIO SAUDÁVEL: PROMOVENDO QUALIDADE DE VIDA EM IDOSOS NA CIDADE DE LAGOA NOVA – RN	18
IMPORTÂNCIA DA ATIVIDADE FÍSICA NO PROCESSO DE ENVELHECIMENTO HUMANO	19
A INFLUÊNCIA DA ATIVIDADE FÍSICA NA SAÚDE MENTAL DA PESSOA IDOSA.....	20
A MOTIVAÇÃO DE IDOSOS PARA O LAZER NO ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL.....	21
ABORDAGEM DA SAÚDE MENTAL DE MULHERES EM PROCESSO DE ENVELHECIMENTO	22
ADESÃO AO GUIA ALIMENTAR PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRA E QUALIDADE DE VIDA DE IDOSOS: ESTUDO BRAZUCA NATAL.....	23
AERODANCE COMO PRÁTICA CORPORAL EMPODERADORA NA TERCEIRA IDADE: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA	24
ALTO DA BOA IDADE: UMA INICIATIVA EXTENSIONISTA INTERPROFISSIONAL PARA PROMOÇÃO DO ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL.....	25
ANÁLISE DA CORRELAÇÃO ENTRE A COGNIÇÃO E A OSCILAÇÃO DO CENTRO DE PRESSÃO EM IDOSAS FISICAMENTE ATIVAS	26
ANÁLISE DISCRIMINATÓRIA DO BAIXO GASTO ENERGÉTICO PARA DETERMINAÇÃO DA FRAGILIDADE FÍSICA NA PESSOA IDOSA ALAGOANA	27
ANÁLISE EPIDEMIOLÓGICA DE ÓBITOS EVITÁVEIS EM IDOSOS NO RIO GRANDE DO NORTE	28
ANÁLISE MULTIDIMENSIONAL DA PARTICIPAÇÃO DE IDOSOS DO PROJETO MOVIMENTE: UM ESTUDO DE CASO	29
APLICAÇÃO DO QUESTIONÁRIO IVCF-20 PARA AVALIAÇÃO MULTIDIMENSIONAL DE IDOSOS EM UMA INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA: RELATO DE EXPERIÊNCIA.....	30
ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM NA IDENTIFICAÇÃO DE DECLÍNIO FUNCIONAL NA PESSOA IDOSA.....	31

ASSOCIAÇÃO DE MANOBRAS DE REPOSIÇÃO E FISIOTERAPIA VESTIBULAR EM IDOSAS COM VERTIGEM POSICIONAL PAROXÍSTICA BENIGNA: RELATO DE CASOS	32
ASSOCIAÇÃO DO TREINAMENTO DE FORÇA REALIZADO EM UM PROJETO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA COM O DESEMPENHO FÍSICO DE IDOSOS	33
ASSOCIAÇÃO ENTRE ATIVIDADE FÍSICA E PROPÓSITO DE VIDA NA PROMOÇÃO DO ENVELHECIMENTO BEM-SUCEDIDO EM IDOSOS.....	34
ASSOCIAÇÃO ENTRE FORÇA DE PREENSÃO MANUAL E ATIVIDADES INSTRUMENTAIS DA VIDA DIÁRIA: UM ESTUDO COM LONGEVOS RIBEIRINHOS E RURAIS DE MANAUS, AM.....	35
ASSOCIAÇÃO ENTRE PRESENÇA DE DOR E QUALIDADE DE VIDA EM IDOSOS DE UM PLANO DE SAÚDE.....	36
ASSOCIAÇÃO ENTRE ÁREAS VERDES E O NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA EM IDOSOS ALAGOANOS: UM ESTUDO DE BASE POPULACIONAL	37
ATENDIMENTO ODONTOLÓGICO DOMICILIAR: CONHECIMENTO, USO E PREFERÊNCIAS DE PESSOAS IDOSAS DE UMA REGIÃO METROPOLITANA DO NORDESTE BRASILEIRO.....	38
ATIVIDADE FÍSICA NA MANUTENÇÃO DA FUNCIONALIDADE E DA COGNIÇÃO DAS PESSOAS IDOSAS: UMA REVISÃO NARRATIVA.....	39
ATIVIDADE FÍSICA PARA A PESSOA IDOSA NA ATENÇÃO PRIMÁRIA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA A PARTIR DA RESIDÊNCIA MULTIPROFISSIONAL EM SAÚDE.....	40
ATIVIDADE FÍSICA, COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO E TRANSTORNOS MENTAIS COMUNS EM IDOSOS: ANÁLISE DE CAMINHOS.....	41
ATIVIDADES EXTENSIONISTAS COM IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS: RELATO DE EXPERIÊNCIA DE DOCENTES E DISCENTES DE ENFERMAGEM	42
ATIVIDOSO: PROMOÇÃO DE UM ENVELHECIMENTO ATIVO E SAUDÁVEL – UM RELATO DE EXPERIÊNCIA	43
AVALIANDO O IMPACTO DE UM PROJETO ACADÊMICO NO CENÁRIO DA LONGEVIDADE E DO ENVELHECIMENTO HUMANO	44
AVALIAÇÃO DO EFEITO DE EXERCÍCIOS COM DUPLA TAREFA NA COGNIÇÃO E FUNCIONALIDADE DE UMA IDOSA: RELATO DE CASO	45
AVALIAÇÃO PELO I-PAQ DO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DE PESSOAS IDOSAS RESIDENTES EM INSTITUIÇÕES DE LONGA PERMANÊNCIA.....	46
BENEFÍCIOS DA HIDROGINÁSTICA NA SAÚDE: PERCEPÇÃO DE IDOSAS PRATICANTES.....	47
CAPACIDADE FUNCIONAL, SINTOMAS DEPRESSIVOS E QUALIDADE DE VIDA: UM ESTUDO COM IDOSOS LONGEVOS NA ZONA RURAL DE MANAUS – AM.....	48
COMPORTAMENTOS E FATORES ASSOCIADOS À SAÚDE CARDIOVASCULAR DE IDOSOS HIPERTENSOS	49
CONSUMO DE TABACO E ÁLCOOL EM MULHERES IDOSAS ACOMETIDAS COM CÂNCER DE MAMA NO BRASIL	50
CONTROLE POSTURAL E DESEMPENHO NAS ATIVIDADES COTIDIANAS EM PESSOAS IDOSAS COM DISFUNÇÃO VESTIBULAR.....	51
CORRELAÇÃO ENTRE ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE MENTAL DE IDOSOS.....	52

CUIDANDO DO SONO: UMA PERSPECTIVA DE IDOSOS E CUIDADORES - UM RELATO DE EXPERIÊNCIA EM AÇÃO NO ABRIGO PEDRO GURGEL, CAICÓ- RN.....	53
DESENVOLVIMENTO COGNITIVO DA PESSOA IDOSA POR MEIO DE UM CURSO DE PENSAMENTO COMPUTACIONAL	55
DIA DO CUIDADOR DA PESSOA IDOSA: RODA DE CONVERSA SOBRE O PROCESSO DE CUIDAR, UM RELATO DE EXPERIÊNCIA	56
DÉCADA DO ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL EM INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA PARA IDOSOS: AÇÃO DA ESCOLA MULTICAMPI DE CIÊNCIAS MÉDICAS.....	57
EDUCAÇÃO EM SAÚDE PARA PREVENÇÃO DE QUEDAS E INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA PARA PESSOAS IDOSAS: RELATO DE EXPERIÊNCIA	58
EFEITOS DA TERAPIA DE REPOSIÇÃO DE ESTROGÊNIO NA REDUÇÃO DO RISCO DE FRATURAS ÓSSEAS EM MULHERES IDOSAS.....	59
ENVELHECIMENTO ATIVO: ADESÃO À ATIVIDADE FÍSICA ENTRE ATUANTES EM AMBIENTE INFORMATIZADO	60
ENVELHECIMENTO E IMC DE SERVIDORES EM UMA INSTITUIÇÃO DE NÍVEL SUPERIOR EM SÃO PAULO.....	61
ENVELHECIMENTO POPULACIONAL NO RIO GRANDE DO NORTE: ANÁLISE E DESAFIOS SEGUNDO CENSO 2022	62
ESPAÇO EDUCACIONAL NOSSO ATELIÊ PARA O PÚBLICO DA TERCEIRA IDADE 60+ NO MUNICÍPIO DE PARNAMIRIM/RN – RELATO DE EXPERIÊNCIA	63
ESTADIAMENTO E ACESSO AO TRATAMENTO PARA CÂNCER DE COLO DE ÚTERO EM MULHERES IDOSAS NO BRASIL.....	64
ESTUDO DE CASO - ANÁLISE DE IDOSO EM PROCESSO DE DECREPITUDE E RECUPERAÇÃO DE VIGOR FÍSICO.....	65
ETARISMO E OS DESAFIOS DA EXCLUSÃO E ISOLAMENTO SOCIAL DA PESSOA IDOSA	66
EVOLUÇÃO TEMPORAL DO CONSUMO DE ULTRAPROCESSADOS DE IDOSOS ATENDIDOS NA ATENÇÃO BÁSICA DO RN: 2019 A 2023	67
EXERCÍCIO FÍSICO REMOTO E SAÚDE MENTAL EM IDOSOS FISICAMENTE ATIVOS: SÉRIE DE CASOS	68
EXPERIÊNCIA EXITOSA DE UMA ACADEMIA FOCADA EM EXERCÍCIO RESISTIDO PARA A POPULAÇÃO IDOSA.....	69
FATORES DE RISCO E ESTRATÉGIAS DE PREVENÇÃO DE QUEDAS EM PESSOAS IDOSAS E O PAPEL DA ENFERMAGEM: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA.....	70
FATORES DE RISCO PARA A SARCOPENIA DE IDOSOS ASSOCIADOS A UM PLANO DE SAÚDE	71
FORÇA DE PREENSÃO MANUAL E ATIVIDADE FÍSICA CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS DE LONGEVOS DA ZONA RURAL DE MANAUS, AM.	72
FORÇA RELATIVA DE PREENSÃO MANUAL É MELHOR PREDITORA QUE IDADE CRONOLÓGICA E FISIOLÓGICA PARA CAPACIDADE FUNCIONAL EM IDOSAS.....	73
FREQUÊNCIA SEMANAL DE ATIVIDADE FÍSICA EM DIFERENTES FAIXAS ETÁRIAS: O QUE PODEMOS DIZER DOS IDOSOS BRASILEIROS?	75

I WORKSHOP DE PROMOÇÃO DOS DIREITOS DA PESSOA IDOSA PROMOVIDO POR DISCENTES DE ENFERMAGEM DA UFCG: RELATO DE EXPERIÊNCIA	76
IDENTIFICAÇÃO DA VULNERABILIDADE UTILIZANDO A CADERNETA DE SAÚDE DA PESSOA IDOSA: RESULTADOS DO PROJETO PRO-EVA	77
IMPACTO DE UM PROGRAMA DE EXERCÍCIOS RESISTIDOS SOBRE FORÇA MUSCULAR PERIFÉRICA DE MULHERES HIPERTENSAS	78
IMPACTO DOS EXERCÍCIOS FÍSICOS NA PREVENÇÃO DE QUEDAS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA	79
IMPACTOS SOBRE A SAÚDE MENTAL DE PESSOAS IDOSAS DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19	80
IMPORTÂNCIA DA SISTEMATIZAÇÃO DA ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM PARA PESSOA IDOSA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA	81
INFLUÊNCIA DA DIABETES MELLITUS TIPO 2 NAS QUEIXAS EM PESSOAS IDOSAS	82
INFLUÊNCIA DA IDADE E DAS COMORBIDADES NA MORTALIDADE DE IDOSOS POR COVID-19	83
INSEGURANÇA ALIMENTAR DE IDOSOS INDÍGENAS EM TRÊS COMUNIDADES DO RN	84
LITERACIA EM SAÚDE DE IDOSOS ATENDIDOS NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE	85
MARCOS LEGAIS SOBRE PROMOÇÃO DA SAÚDE E O EXERCÍCIO FÍSICO PARA PESSOAS IDOSAS: DE 1990 A 2024	86
MEMORIZANDO DIREITOS: O JOGO DA MEMÓRIA COMO FORMA EDUCATIVA DE FORTALECER E SOCIALIZAR OS DIREITOS DA PESSOA IDOSA	87
MÉTODO “CAMINÁGUA” NA CURA DE DOENÇAS	88
O EFEITO DO TREINAMENTO COM E SEM REALIDADE VIRTUAL, CONTROLE ATIVO NA ATENÇÃO VISUESPACIAL E NAVEGAÇÃO ESPACIAL	89
O IMPACTO DA PRÁTICA DE EXERCÍCIOS FÍSICOS NO AUMENTO DA SOBREVIDA EM PACIENTES IDOSOS TERMINAIS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA	90
O PAPEL DO ENFERMEIRO DIANTE A PREVENÇÃO DA DISSEMINAÇÃO DO HIV EM PESSOAS IDOSAS	91
OFICINAS DE ARTETERAPIA COM IDOSOS RESIDENTES EM ILPI: PROJETO DE EXTENSÃO DA ESCOLA MULTICAMPI DE CIÊNCIAS MÉDICAS	92
PERCEPÇÃO DE UMA ENFERMEIRA RESIDENTE APÓS IMPLEMENTAÇÃO DE UM GRUPO DE ATIVIDADE FÍSICA PARA IDOSOS	93
PERFIL CLÍNICO E FUNCIONAL DE ADULTOS IDOSOS COMUNITÁRIOS PARTICIPANTES DO PROJETO DE EXTENSÃO ATIVIDOSO	94
PERFIL DE HÁBITOS DE VIDA E CONDIÇÃO DE SAÚDE DE ADULTOS E IDOSOS QUE BUSCAM ATENDIMENTO DE AVALIAÇÃO FÍSICA EM UM PLANO DE SAÚDE DO ESTADO DO RIO GRANDE DO NORTE	95
PERFIL EDUCACIONAL DA POPULAÇÃO IDOSA MORTA PELA COVID-19 NO BRASIL	96
PERFIL EPIDEMIOLÓGICO DE UMA POPULAÇÃO IDOSA DIAGNOSTICADA COM NEOPLASIAS MALIGNAS E DESORDENS POTENCIALMENTE MALIGNAS ORAIS	97

AVALIAÇÃO DA PREOCUPAÇÃO, RISCO E MENSURAÇÃO DA FREQUÊNCIA DE QUEDAS E DO CONDICIONAMENTO DE MEMBROS INFERIORES EM IDOSOS COM DOENÇAS CRÔNICAS NÃO TRANSMISSÍVEIS ATENDIDOS EM UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE DE GURUPI- TO.....	98
PRESSÃO ARTERIAL, EMPUXO E PRESSÃO HIDROSTÁTICA	100
PROEIDI - PROJETO DE INCLUSÃO DIGITAL PARA PESSOA IDOSA	101
PROJETO NAMASTÊ: RELATO DE EXPERIÊNCIA DE EXTENSIONISTAS MEDIADORES NA PRÁTICA DE YOGA PARA PESSOAS IDOSAS.....	102
PROTOTIPO IMERSIVO DE UM JOGO SÉRIO PARA REABILITAÇÃO DO EQUILÍBRIO POSTURAL SENTADO EM IDOSOS: ASPECTOS TÉCNICOS E FISIOTERAPÊUTICOS	103
A PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA É MAIS FREQUENTE EM IDOSOS SAUDÁVEIS COMPARADO A IDOSOS COM DIABETES MELLITUS TIPO 2?	104
PRÁTICA DE HATHA YOGA: BENEFÍCIOS NOS ASPECTOS FÍSICOS, PSICOEMOCIONAIS E NAS RELAÇÕES INTERPESSOAIS DE MULHERES IDOSAS ...	105
QUALIDADE DE VIDA, INSEGURANÇA ALIMENTAR E ESTADO NUTRICIONAL DE IDOSOS: ESTUDO BRAZUCA NATAL	106
QUALIDADE DO SONO E SUA RELAÇÃO COM A FAIXA ETÁRIA EM IDOSOS HIPERTENSOS	107
RAZÕES MOTIVACIONAIS À PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA EM IDOSOS – ESTUDO PILOTO PARA SUBSIDIAR A ATENÇÃO PRIMÁRIA A SAÚDE	108
RECUPERAÇÃO DE VARIÁVEIS HEMODINÂMICAS DURANTE TESTE SUBMÁXIMO EM IDOSOS COM DOENÇAS CARDIOVASCULARES	109
RELATO DE EXPERIÊNCIA SOBRE AÇÃO DO SETEMBRO LILÁS ORGANIZADA POR LIGA ACADÊMICA DE GERIATRIA NA CIDADE DE CAICÓ	110
RELATO DE EXPERIÊNCIA: IMPLEMENTAÇÃO DO PLANO DE ATENÇÃO À SAÚDE DO IDOSO NA ILPIS VÓ FILOMENA - CUITÉ, PB.....	111
REPRESENTAÇÕES PROFISSIONAIS E PRODUÇÃO DE SENTIDOS DO ENVELHECER	112
RESILIÊNCIA E NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA EM PESSOAS IDOSAS: UM ESTUDO TRANSVERSAL	113
SENTIMENTOS E COMPORTAMENTOS DE PESSOAS IDOSAS INSTITUCIONALIZADAS DURANTE O ISOLAMENTO SOCIAL DA PANDEMIA DE COVID-19	114
SEXUALIDADE NA TERCEIRA IDADE: UMA ANÁLISE DA UTILIZAÇÃO DE INSTRUMENTOS NA AVALIAÇÃO GERIÁTRICA AMPLA.....	115
SOBRECARGA DOS CUIDADORES DE PACIENTES PÓS ACIDENTE VASCULAR CEREBRAL: UM ESTUDO TRANSVERSAL.....	116
TENDÊNCIAS TEMPORAIS NO ESTADO NUTRICIONAL DE IDOSOS ATENDIDOS NA ATENÇÃO BÁSICA DO RN: 2014 A 2023.....	117
VALIDADE DE PARÂMETROS POSTURAGRÁFICOS EM PESSOAS IDOSAS - RESULTADOS PRELIMINARES.....	118
VILA, VELHICE E VIDA: VII SEMINÁRIO DO ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL NA VILA DE PONTA NEGRA	119

VIVÊNCIA INTEGRADA NA COMUNIDADE: ESTRATÉGIAS PEDAGÓGICAS PARA A PROMOÇÃO DA SEGURIDADE SOCIAL DA POPULAÇÃO IDOSA NO SERTÃO POTIGUAR	120
VIVÊNCIAS DISCENTES NO PROJETO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA “IDOSOS EM MOVIMENTO: DANÇA, EXPRESSÃO CORPORAL E ATIVIDADES RÍTMICAS”	121
O IMPACTO DA CIRURGIA CARDÍACA NA FORÇA MUSCULAR RESPIRATÓRIA DE PACIENTES IDOSOS.....	122
PROGRAMAS ACADEMIA DA SAÚDE DA CIDADE, PARTICIPAÇÃO ENTRE PESSOAS IDOSAS INTEGRANTES DE GRUPO DE CONVIVÊNCIA	123

ADEQUAÇÃO DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS DE PACIENTES ADULTOS E IDOSOS GRAVES COM LESÃO POR PRESSÃO

Nathalya Julianny de Macêdo Olimpio,

Sancha Helena de Lima Vale

Universidade Federal do Rio Grande do Norte – UFRN

Introdução: As lesões por pressão (LPP) são definidas como lesões cutâneas ou de parte moles, superficiais ou profundas, de etiologia isquêmica, secundária a um aumento de pressão externa. A incidência de LPP em Unidade de Terapia Intensiva (UTI) no Brasil varia de 14,2% a 17,2%. Estudos indicam a associação entre desnutrição e desenvolvimento de LPP. Baixos valores de Índice de Massa Corporal (IMC) estão associados à redução da gordura corporal e, consequentemente, à diminuição da proteção contra a pressão em áreas ósseas proeminentes. O processo de cicatrização consome energia, e para que o organismo utilize as proteínas no processo de cicatrização, o fornecimento adequado de calorias é importante. É recomendado de 30 a 35 kcal/kg/dia de energia e 1,2 a 1,5 g/kg/dia de proteínas. **Objetivo:** Abordar as intervenções que foram realizadas em um serviço de nutrição de um hospital público estadual na cidade de Natal/RN, para a melhoria da adequação nutricional calórica e proteica de pacientes adultos e idosos graves com lesão por pressão. **Metodologia:** Avaliação da adequação das necessidades nutricionais de pacientes graves, adultos e idosos, com lesão por pressão, prévia e após intervenções. **Resultados:** Após as intervenções, foi realizada uma avaliação que constatou melhoria na adequação da necessidade calórica, que previamente era de 16,7% e foi para 33,3%, e proteica, que era de 20% e chegou a 36,6% de adequação, ambas com significância estatística ($p<0,05$). **Considerações Finais:** A capacitação profissional, organização documental e reuniões regulares contribuem para melhoria da qualidade da assistência nutricional a pacientes graves, adultos e idosos, com lesão por pressão.

Palavras chaves: Terapia Nutricional; Terapia Intensiva; Lesão por pressão.

BENEFÍCIOS DA ATIVIDADE FÍSICA PARA A QUALIDADE DE VIDA E SAÚDE NA TERCEIRA IDADE

Eiel de Jesus Melo,

Profissional de Educação Física residente em Atenção Básica
Programa de Residência Multiprofissional em Atenção Básica da Escola
Multicampi de Ciências Médicas da Universidade Federal do Rio Grande do Norte-
EMCM/UFRN;

Patrícia Adriana Silva,

Enfermeira residente em Atenção Básica pelo Programa de
Residência Multiprofissional em Atenção Básica da Escola Multicampi de Ciências
Médicas da Universidade Federal do Rio Grande do Norte-EMCM/UFRN;

Franciely Batista Soares,

Enfermeira residente em Atenção Básica pelo Programa de
Residência Multiprofissional em Atenção Básica da Escola Multicampi de Ciências
Médicas da Universidade Federal do Rio Grande do Norte-EMCM/UFRN;

Vanei Pimentel Santos,

Enfermeiro, Doutorando em Engenharia e Gestão de
Recursos Naturais pela Universidade Federal de Campina Grande-UFCG.

Ana Lucia Medeiros de Sousa,

Mestre em Saúde Coletiva- Unisantos - SP,
Professora da Universidade Estadual do Rio Grande do Norte – UERN.

Introdução: A transição demográfica é um fenômeno resultante de diversos fatores, incluindo avanços na medicina, melhorias nas condições de vida, diminuição das taxas de natalidade. Tais mudanças têm implicações no estado de saúde, nas questões sociais, econômicas e políticas que regem a sociedade, ocasionando a necessidade de reformas no sistema de saúde para atender a nova conformação social. **Objetivo:** Conhecer os relatos sobre os benefícios da atividade física para a qualidade de vida e saúde da pessoa idosa. **Metodologia:** Trata-se de relato de experiência, que apresenta o impacto da prática de atividade física regular na saúde das pessoas idosas. O público é composto por 60 idosas, na faixa etária de 60 a 70 anos que aceitaram participar das intervenções, conduzidas por profissional de educação física e enfermeiros vinculados a equipe multiprofissional. **Resultados:** A prática regular de atividade física por idosos contribui para o fortalecimento cardíaco, melhorando a circulação e reduzindo a possibilidade de complicações de doenças cardiovasculares, como o acidente vascular encefálico (AVE); fortalecimento muscular e ósseo; diminuição/controle dos índices glicêmicos e pressóricos; aumento da flexibilidade e mobilidade, controle do peso; redução do estresse, ansiedade e depressão, além de melhorar o humor das idosas, com estímulo à autoestima e qualidade do sono, promovendo o bem-estar emocional, aumento da independência funcional, preservando a independência funcional e a capacidade de realizar as atividades de vida diária (AVD), como caminhar, subir escadas, levantar objetos e cuidar de si mesmos. **Considerações finais:** Observou-se a relevância das aulas de educação física, ressaltando a importância de intervenções que foquem no movimento como fator protetor da saúde da pessoa idosa, que relataram estarem mais ativas, melhora do sono e do estado mental e social, que por muita das vezes, eram queixas frequentes nos encontros.

Palavras-chave: Atividade Física; Qualidade de Vida; Terceira Idade.

O EFEITO DE DUAS MODALIDADES DE TREINAMENTOS NA REDUÇÃO DE SINTOMAS DE ANSIEDADE E DEPRESSÃO EM IDOSOS

Maria Jeane Guimarães Camargo¹,
Elizabete Barbosa de Oliveira¹,
Maurício Silva Costa¹,
Laís Franciele Francisca Felício¹,
Renato Sobral Monteiro-Júnior².

¹Bolsista. Universidade Estadual de Montes Claros, Montes Claros/MG, Brasil

²Docente. Universidade Estadual de Montes Claros/MG, Brasil

Apoio: CAPES (88887.835833/2023-00)

FAPEMIG (APQ-02705-21)

CNPq (Processo 305999/2023-0)

Introdução: O envelhecimento é um processo que ocorre de forma gradual, com alterações no âmbito mental. Para o idoso impacto é ainda maior por estar exposto a fatores de risco, como o isolamento social e perda de autonomia, tornando-o vulnerável para o desenvolvimento de transtornos como ansiedade e depressão. É imprescindível buscar intervenções, como o exercício físico, que não se baseiam exclusivamente em tratamentos farmacológicos. **Objetivo:** Verificar qual modalidade de treinamento apresenta maior efeito nos sintomas ansiosos e depressivos em idosos. **Metodologia:** Vinte idosos ($69,05 \pm 6,75$ anos) de ambos os sexos foram submetidos, aleatoriamente a um programa de treinamento, e alocados em dois grupos: exercício físico com realidade virtual e exercício sem realidade virtual; totalizando 24 sessões, 2x/semana (CEP/Unimontes 2.741.071/2018). Avaliou-se os sintomas de ansiedade (Inventário de Ansiedade de Beck) e depressão (Inventário de Depressão de Beck) antes e após as intervenções. Foi realizada ANOVA (two-way) e calculado o tamanho do efeito de Cohen δ (d), comparando os períodos pré- e pós-intervenções de ambas as modalidades de treinamento. **Resultados:** Em relação à ansiedade não houve efeito significativo das intervenções quando considerado o tempo ($p=0.286$) e tempo X grupo ($p=0.900$). Todavia, ao considerar o tamanho de efeito, o treinamento com realidade virtual ($d=-0,41$, moderado) e o sem realidade virtual ($d=-0,32$, moderado) foram capazes de reduzir os sintomas. Para a depressão, não houve efeito significativo das intervenções no que diz respeito ao tempo ($p=0,225$) e tempo X grupo ($p=0.418$). Entretanto o treinamento sem realidade virtual ($d=0,42$) aumentou os sintomas, ao passo que o com realidade virtual ($d=0,087$) não apresentou efeito. **Considerações finais:** Ambos treinamentos mostraram potencial para reduzir os sintomas de ansiedade, embora em relação à depressão, as duas modalidades de treinamento apresentaram resultados destoantes.

Palavras-chave: Pessoa idosa; Exercício físico; Saúde mental.

O QUE MOTIVA PESSOAS IDOSAS A PARTICIPAREM DO PROJETO DE EXTENSÃO ATIVIDOSO?

Cristiano dos Santos Gomes,
Amanda Lorena Trindade de Lima,
Larissa Rayane Batista Barreto,
Sângela Maria Alencar Moura,
Fernando Damasceno de Albuquerque Angelo,
Francis Trombini-Souza

Introdução: a prática de exercícios físicos desempenha um papel fundamental na promoção do envelhecimento ativo e saudável e ajuda pessoas idosas a manterem e melhorarem sua funcionalidade e qualidade de vida. **Objetivo:** descrever a percepção de pessoas idosas participantes do projeto de extensão universitária ATIVIDOSO. **Metodologia:** este é um estudo descritivo com adultos idosos participantes do projeto de extensão ATIVIDOSO (Atividades para Pessoas Idosas). Este é um projeto cujo objetivo é promover a prática de exercícios físicos de forma gratuita na Universidade de Pernambuco Campus Petrolina para pessoas idosas da Região Administrativa Integrada de Desenvolvimento (RIDE) do Pólo Petrolina (PE) e Juazeiro (BA). Um questionário estruturado foi utilizado para caracterizar participantes do projeto ATIVIDOSO com base em dados demográficos, socioeconômicos e nível de satisfação em participar do projeto. As respostas para o nível de satisfação foram: “muito satisfeito (a)”, “satisfeito (a)”, “Indiferente”, “insatisfeito (a)” ou “muito insatisfeito (a)”. Além disso, perguntou-se aos participantes: “Por qual motivo o (a) senhor (a) desejou participar do projeto ATIVIDOSO?”. **Resultados:** a amostra foi composta por 13 adultos idosos comunitários (60-76 anos; 100% sexo feminino), dos quais 23,07% possuíam ensino fundamental completo, 46,15% tinham ensino médio completo e 30,76% possuíam pós-graduação. Observou-se unanimidade quanto ao nível de satisfação classificado como “muito satisfeito (a)”. Em relação às respostas abertas referentes à motivação, 15,38% das participantes buscam uma melhor qualidade de vida, 46,15% procuraram o projeto visando uma melhora da saúde e 38,46% relataram uma busca por aspectos referentes à interação social. Conclusão: o nível de escolaridade pode ser determinante na adoção de hábitos saudáveis, oriundo de um maior acesso à informação. O nível de satisfação dos participantes reflete o nível de adesão e aderência a esse projeto de extensão universitária. A motivação demonstra a procura de aspectos biopsicossociais por parte dos participantes do atividoso.

Palavras-chave: Envelhecimento ativo; Saúde; Socialização.

PERMEABILIDADE INTESTINAL E SUA ASSOCIAÇÃO COM VARIÁVEIS ANTROPOMÉTRICAS E BIOQUÍMICAS EM PESSOAS IDOSAS

Maria Clara da Cruz Carvalho^{*1},
Ana Carolina Costa Campos Mota^{*2},
Mariana Duarte Bona³,
Daniele de Souza Marinho do Nascimento¹,
Ingrid Naihara França de Sousa⁴,
Bruna Leal Lima Maciel⁵

¹Programa de pós-graduação em Ciências da Saúde, UFRN

²Programa de pós-graduação em Nutrição, UFRN

³Programa de pós-graduação em Ciências Médicas, UFC

⁴Graduação em Nutrição, UFRN

⁵Departamento de Nutrição, Centro de Ciências da Saúde, UFRN

Introdução: A barreira morfológica intestinal, composta por barreiras física e funcional, regula a permeabilidade intestinal (PI) e o fluxo de moléculas. O envelhecimento reduz a capacidade funcional, diminuindo a massa magra e função imunológica, podendo impactar na manutenção da barreira morfológica intestinal. **Objetivo:** Caracterizar PI da população idosa e sua associação com variáveis antropométricas e bioquímicas. **Metodologia:** Realizou-se um estudo transversal com 54 idosos de set/19 a mar/23. Foram coletados dados de doenças autorreferidas, dados antropométricos (peso, altura, circunferências da cintura e quadril) e bioquímicos (perfil lipídico, glicêmico retinol e a α-tocoferol séricos). A PI foi avaliada usando o teste Lactulose Manitol (LM), e os participantes foram estratificados em percentis ≤50 ou >50 de acordo com essa razão. Foi realizada correlação de Spearman em seguida regressão logística para verificar as variáveis relacionadas com a PI. **Resultados:** A população estudada referiu 25,9% (14) de DM, 53,7% de HAS, sendo 51,9% cm excesso de peso, não apresentando diferenças significativas entre aqueles com PI ≤P50 ou >P50. A medida de LM foi de 0,037 (0,014; 0,060). O grupo com PI >P50, apresentou níveis significativamente mais baixos de circunferência do quadril [96,50 (93; 104) cm; p=0,041] e retinol sérico [0,95 (0,60; 1,16) mmol/L; p<0,0005]. O modelo de regressão demonstrou que circunferência do quadril e o retinol sérico estiveram inversamente associados com as chances para uma PI > P50 (ORa=0,93; IC 95%=0,86–0,99; p=0,042; ORa=0,15; IC 95%=0,05–0,42; p<0,0005). **Considerações finais:** A circunferência do quadril e retinol sérico mostraram-se inversamente associados com uma maior PI nas pessoas idosas avaliadas. A dieta e seus componentes podem ajudar a explicar essas diferenças e devem ser avaliados em estudos futuros.

Palavras-chave: Permeabilidade Intestinal; Saúde do idoso; Nutrição.

A ASSOCIAÇÃO ENTRE O STS E AS CAPACIDADES FÍSICAS DE IDOSOS? UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

Matheus Rodrigues de Assis,
Frederico Santos de Santana,
Maria Teresa Catuzzo,
Marisete Peralta Safons.
Universidade de Brasília-UnB

INTRODUÇÃO: A competência motora trata de aspectos de habilidade em executar ações motoras com controle e coordenação. De modo complementar, a capacidade funcional se trata das aptidões relacionadas à execução de atividades de vida diária. A partir daí, foi denominada competência funcional motora a aptidão para realizar atividades da vida diária de forma controlada e coordenada. Declínios na competência funcional motora estão associados com a maior probabilidade de dependência física e fragilidade em idosos. O desempenho na tarefa de levantar-se do solo a partir da posição de decúbito dorsal, em inglês conhecida como Supine-To-Stand (STS), destaca-se como meio de rastrear a competência funcional motora em todo o ciclo tal. A partir daí, desenvolveu-se a hipótese de que há elementos de validação concorrente entre as diversas aptidões físicas e o STS em idosos. Porém, ainda não há na literatura um estudo que se propôs a reunir estes dados de forma sistematizada. **OBJETIVO** - sintetizar o conhecimento sobre o nível de associação entre o STS e valências físicas em sujeitos idosos. **MÉTODOS** - Foram acessadas as bases de dados MEDLINE, EMBASE, Scopus, ERIC/ProQuest e Scielo para a busca de artigos. Dos artigos incluídos foram extraídos a autoria, país e ano de publicação, características da amostra (sexo, idade, o tipo de medida para avaliação do desempenho do STS - processo ou produto, os testes de capacidade física realizados e o nível de correlação/associação do STS com as capacidades físicas. Foi determinado o risco de viés de cada artigo incluído. **RESULTADOS:** A maioria dos estudos tem alta qualidade metodológica. Os testes de mobilidade, força muscular e equilíbrio demonstraram as maiores forças de correlação com o STS, principalmente quando analisado pelo tempo. **CONSIDERAÇÕES FINAIS:** O tempo para realização do STS apresentou importantes correlações com a mobilidade funcional, força muscular equilíbrio corporal em idosos.

Palavras-chave: Habilidades Motoras; Idoso; Competência Funcional Motora.

A COEXISTÊNCIA DE CORRELATOS SOCIODEMOGRÁFICOS DIMINUI A ATIVIDADE FÍSICA NO LAZER EM IDOSOS ALAGOANOS

Flávio Galvão Torres de Albuquerque¹,
Kelly Christiane da Silva¹,
Thais Evelin Marques da Silva^{1,3},
Lucas dos Santos Ferreira^{1,2},
João Araújo Barros Neto^{1,2},
Enaiane Cristina Menezes^{1,3}

Universidade Federal de Alagoas¹, Programa de Pós-Graduação de Nutrição²,

Programa Associado de Pós-Graduação em Ciências do Movimento³,

Instituto de Educação Física e Esporte⁴

Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de Alagoas

Introdução: A prática regular de atividade física (AF) é crucial para o envelhecimento saudável, porém, fatores sociodemográficos podem refletir iniquidades relacionadas a AF.

Objetivo: Analisar a coexistência de correlatos sociodemográficos na AF no lazer em idosos Alagoanos. **Metodologia:** Estudo observacional, transversal. A amostra incluiu 998 idosos

residentes em Alagoas e a coleta foi realizada em 11 cidades por meio de visitas domiciliares e o processo de amostragem ocorreu por conglomerados. As informações sociodemográficas foram idade, sexo, escolaridade, renda per capita, etnia e estado civil, e foram considerados correlatos da baixa atividade física ter idade maior que 75 anos, ser do sexo feminino, ter menos que 4 anos de estudo, ter a renda per capita tercil mais baixo da amostra, viver sem companheiro e ser de etnia não branca. A coexistência desses correlatos foi verificada por meio de escore simples (0 a 6 correlatos). Para atividade física foi aplicado o questionário IPAQ no domínio do lazer adaptado para idosos e considerou-se o tempo total de atividade física na semana nas intensidades leve, moderada e vigorosa. Os dados foram analisados de forma descritiva e por meio da correlação de Spearman. **Resultados:** Observou-se uma diminuição no nível de AF a cada aumento na coexistência de correlatos sociodemográficos ($\rho = -0,236$; $p < 0,001$), sendo que aqueles que não têm nenhum correlato sociodemográfico apresentaram maior nível de AF na semana ($\bar{x} = 373,0$; $DP = 484,1$) e aqueles que apresentam os seis correlatos simultaneamente apresentaram o menor tempo de AF ($\bar{x} = 15,6$; $DP = 75,1$). **Considerações Finais:** Este estudo destaca a importância de considerar os aspectos sociodemográficos na promoção da AF entre os idosos. Intervenções direcionadas e políticas públicas, levando em conta esses correlatos, podem ser mais eficazes para reduzir as iniquidades e incentivar um estilo de vida ativo e saudável nessa população.

Palavras-chave: Atividade física; Iniquidades em saúde; Aspectos sociodemográficos.

A HIDROGINÁSTICA COMO EXERCÍCIO SAUDÁVEL: PROMOVENDO QUALIDADE DE VIDA EM IDOSOS NA CIDADE DE LAGOA NOVA – RN

Eliane da Silva Pereira,
Thalis Luan dos Santos Santana,
Karla Dayane Bezerra Cruz.
Universidade Federal do Rio Grande do Norte – UFRN

Este relato de experiência aborda como foram as aulas de hidroginásticas para idosos, ministradas no Espaço Terapêutico TAO, no município de Lagoa Nova – RN o objetivo deste trabalho é apresentar a importância do exercício físico para idosos, Destaca-se que a aula ocorreu pela parceria entre Espaço terapêutico TAO e profissionais de Educação Física do município de Lagoa Nova, que tem experiência em ambientes aquáticos, obteve-se grandes resultados e com um retorno de satisfação muito significativo na vida dos idosos, as aulas são realizadas em uma piscina aquecida, vale salientar que a cidade possui um clima frio por ser serrana. Na água, os exercícios aquáticos podem ser praticados de uma forma mais confortável e com maior segurança, com a sensação de redução no peso, diminuindo a tensão sobre os músculos e articulações, cerca de 50% da turma sofrendo de dores nas articulações dos membros inferiores. Assim, os exercícios são realizados com maior facilidade, aumentando o rendimento do aluno e possibilitando a prática da atividade por mais tempo. As atividades realizadas pelo professor têm como objetivo desenvolver melhor condicionamento físico, saúde e bem-estar, das 16h às 17h, com a participação de dezoito idosas com idades variando de 60 a 83 anos. Utilizando-se de materiais como caneleiras, macarrões, alteres, música ambiente escolhida por cada participante e organizada em playlist, além de momentos de confraternização dos aniversariantes e datas comemorativas melhorando na interação com o grupo. Como resultados alcançados percebe-se a melhoria na saúde dos idosos, desenvolvimento e manutenção das qualidades físicas como resistência, força, coordenação, flexibilidade, além do acolhimento, interação em grupo e melhoria no estado psicoemocional, garantindo a frequência nas aulas. A hidroginástica com idosos torna-se gratificante, pela relação professor-aluno onde estreita a troca de experiências e aprimoramento do conhecimento.

Palavras-chave: Hidroginástica; Idosos; Exercícios aquáticos.

IMPORTÂNCIA DA ATIVIDADE FÍSICA NO PROCESSO DE ENVELHECIMENTO HUMANO

Laíne Amanda da Conceição Franco (GR)¹

Thaiane Bonaldo do Nascimento (O)²

¹ Universidade Federal de Santa Maria

² Departamento de Métodos e técnicas desportivas

O presente estudo dedica-se a apresentar os benefícios da Atividade Física (AF) para o processo de envelhecimento humano. Através de revisão de literatura, inferimos que a prática regular de AF desempenha um papel crucial no processo do envelhecimento humano. Os benefícios para a população idosa em nível fisiológico se estendem a promover o aumento da força muscular, a flexibilidade, a resistência cardiovascular e a saúde óssea, reduzindo o risco de doenças crônicas e cardíacas, a exemplo da diabetes tipo 2 e osteoporose (PRATA, 2024). Em pesquisa, Gotti (2024) infere que a prática regular de AF na melhoria da memória, atenção, velocidade de processamento e função executiva. Ademais, promove a redução de risco de declínio cognitivo e demência relacionada à idade. Os estudos analisados elucidaram benefícios da AF sobre os aspectos sociais, a exemplo da redução do estresse, ansiedade e depressão entre os idosos. Segundo Moreira (2023), a AF promove a liberação de endorfinas, neurotransmissores que melhoram o humor, e proporcionam uma sensação de realização e autoestima. A AF regular permite manter um peso saudável melhorando a qualidade de vida dos idosos, pois contribui com a capacidade funcional para realizar as atividades diárias. A socialização e integração dos idosos em grupos de caminhadas, aulas de dança e exercícios em grupo permite ampliar o círculo de amizades, o que contribui para o bem-estar emocional e mental (Mittelmann, 2010). Em resumo, a atividade física desempenha um papel imprescindível no processo de envelhecimento, contribuindo para a saúde física, mental e emocional dos idosos, melhorando a qualidade de vida e promovendo independência e autonomia.

Palavras Chaves: Envelhecimento Humano; Atividade Física; Profissional de Educação Física.

A INFLUÊNCIA DA ATIVIDADE FÍSICA NA SAÚDE MENTAL DA PESSOA IDOSA

Ellen Renalle Martins Guedes,
Francisco Gelzo da Silva Neto,
Maria Emilia Dantas Oliveira,
Jayara Mikarla de Lira,
Lilia Costa Nascimento; Jaqueline Araujo Paula Lima.
Universidade Federal de Campina Grande - UFCG

Introdução: O envelhecimento humano é um processo natural, universal e irreversível, que apresenta perdas fisiológicas importantes, entretanto, a pessoa idosa que se dedica a exercícios físicos não se limita a sua idade, garantindo a funcionalidade física e psíquica. **Objetivo:** Demonstrar a influência de exercícios físicos na saúde mental de pessoas idosas. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão de integrativa da literatura realizada nas bases de dados Scielo e BVS utilizando como Descritores: “saúde mental” AND “envelhecimento” AND “atividade física”; a busca foi feita no mês de março e foi utilizado como filtro o período dos anos de 2019 a 2024. **Resultados:** A OMS incentiva a todas as idades a prática da atividade física. Para pessoas idosas essas atividades são voltadas para o fortalecimento muscular, o equilíbrio e coordenação, a fim de melhorar a qualidade de vida. Dentre os benefícios apontados na literatura estão o melhor funcionamento cognitivo, maiores níveis de satisfação com a vida e autopercepção, menor prevalência dos sintomas de ansiedade e depressão, bem como de quedas. As transformações morfológica e fisiológica naturais da idade avançada levam a um processo de ansiedade e tristeza no que diz respeito à autopercepção corporal e autoestima. Nesse sentido, a autoestima vai além do que é compreendido como beleza externa, podendo estar atrelada ao sentimento de competência e eficácia. Assim, a atividade física terá como papel principal realizar a manutenção e melhoria das funções corporais e cognitivas. Ademais, estudos atrelados aos efeitos de exercícios físicos, indicam o aumento da serotonina, adrenalina, dopamina e monoaminas biogênicas cerebrais nessa faixa etária, constatando serem uma das causas diretas da redução de depressão. **Considerações finais:** Diante do exposto, nota-se a relevância da atividade física para saúde mental de pessoas idosas, auxiliando na promoção da saúde, valorização do seu autopercepção e manutenção da sua autonomia.

Palavras-chave: Exercício Físico; Saúde Mental; Pessoa idosa.

A MOTIVAÇÃO DE IDOSOS PARA O LAZER NO ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL

Luís Carlos Lira
Universidade Federal de Juiz de Fora - UFJF

Introdução: A população idosa geralmente não consegue reunir condições de manter uma vivência regular de lazer. Na maioria das vezes não foi educada a entender os benefícios à saúde que o lazer os proporcionaria, nem ao menos lhe são oferecidas condições para vivenciá-lo. A necessidade de se desenvolver políticas públicas de esporte e lazer nos diversos níveis de Estado é de suma importância para garantir o acesso ao lazer para este grupo etário e proporcionar um envelhecimento saudável. A participação e manutenção de pessoas idosas em programas de lazer podem ser identificadas por fatores motivacionais. **Objetivo:** Identificar níveis de motivação de pessoas idosas a participar em vivências de lazer no Programa Vida Saudável do Ministério do Esporte em Juiz de Fora – MG oferecido pela UFJF. **Metodologia:** Assumi-se no estudo uma característica quali-quantitativa. Participaram 163 idosos (87,1% mulheres e 12,9% homens), com idade a partir de 60 anos participantes do Programa, responderam a um questionário sobre motivação para a participação no lazer por pessoas idosas. **Resultados:** Os resultados indicaram que a motivação intrínseca foi condicionante para a vivência de lazer (61,3%), vivência de lazer em grupo (62%), envolvimento em lazer físico-esportivo (53,4%) e para a experiência do lazer individual (38%). Os homens apresentaram de forma significativa uma maior motivação extrínseca não autodeterminada para o envolvimento nas vivências de lazer (19%). A frequência sempre de participação nas atividades de lazer foi maior nos interesses físico-esportivo (45) e artístico do lazer (44). Os idosos se mostraram satisfeitos com o Programa, porém, as mulheres em média estão mais satisfeitas (3,95). **Considerações Finais:** Conclui-se que a participação no Programa ocorreu em sua maior parte pela motivação intrínseca e que esta proporciona uma maior participação e satisfação o que provoca a continuidade na vivência do lazer, que possibilita um envelhecimento saudável.

Palavras-chave: Lazer; Motivação; Idosos.

ABORDAGEM DA SAÚDE MENTAL DE MULHERES EM PROCESSO DE ENVELHECIMENTO

Bárbara Brenda de Araújo Faria,
Joyce Wadna Rodrigues de Souza,
Raweny Thayna Gomes dos Santos,
Érika Giovana Carvalho da Silva,
Alex Moreira da Silva,
Saionara Maria Aires da Câmara.

Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN

Introdução: O processo de envelhecimento é transversalmente impactado por mudanças físicas, emocionais e sociais. Para as mulheres, esse período é iniciado por mudanças hormonais, como a menopausa, e pode apresentar desafios específicos relacionados à saúde mental. **Objetivo:** Descrever as vivências e implicações de um grupo terapêutico de mulheres no período da menopausa e expor o manejo das implicações psicológicas relacionadas a esse período, visando contribuir para uma compreensão mais aprofundada acerca da temática, assim como aprimorar o suporte fornecido às mulheres. **Metodologia:** Trata-se de um relato de experiência do impacto do Projeto de Extensão intitulado "Promoção da saúde e qualidade de vida na pós- menopausa" da Universidade Federal do Rio Grande do Norte, que ocorreu no período entre março a dezembro de 2023, no Conselho Comunitário de Neópolis, em Natal/RN. **Resultados:** As atividades realizadas proporcionaram discussão e reflexão entre as participantes mediante práticas de meditação, mindfulness e autoconhecimento, por meio de Terapias Integrativas e Complementares da Saúde (PICS) e do trabalho interprofissional em saúde. Através dos relatos, foi observado que apesar da menopausa apresentar desafios para a saúde mental da mulher, é possível utilizar estratégias em saúde para minimizar seus impactos. Nesse contexto, se faz necessário priorizar o autocuidado, recorrer a redes de apoio e procurar acompanhamento profissional para garantir o bem-estar emocional. **Impacto social:** Conclui-se que os encontros em grupo proporcionam um espaço seguro favorável à troca e aprendizado, possibilitando às mulheres um lugar de fala para expressarem suas singularidades. Além disso, as reuniões científicas realizadas durante o período de desenvolvimento das ações colaboraram com a formação pessoal e acadêmica dos discentes envolvidos, possibilitando vivências extramuros da instituição de ensino superior, promovendo uma vinculação entre a universidade e a comunidade.

Palavras-chave: Qualidade de vida; Menopausa; Saúde mental.

ADESÃO AO GUIA ALIMENTAR PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRA E QUALIDADE DE VIDA DE IDOSOS: ESTUDO BRAZUCA NATAL

Ana Márcia Soares Fernandes Xavier,

Nila Patrícia Freire Pequeno,

Layanne Cristini Martin Sousa,

Dirce Maria Lobo Marchioni,

Severina Carla Vieira Cunha Lima,

Clélia de Oliveira Lyra.

Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN

Universidade de São Paulo - USP

CNPq

Introdução: O Guia Alimentar para a População Brasileira (GAPB) contempla os princípios para uma alimentação adequada e saudável, a qual engloba diversos aspectos (QV) do indivíduo. Por meio de suas orientações, visa melhorar a QV da população em busca da promoção da alimentação saudável. Objetivo: Identificar a adesão ao GAPB e sua associação com a QV entre pessoas idosas. Metodologia: Estudo transversal, com idosos da cidade de Natal- RN, recrutados por amostra probabilística por conglomerados. Os dados foram coletados por questionário em plataforma digital (Epicollect5). A adesão ao GAPB foi mensurada por meio de uma escala multidimensional e a análise da QV por meio da escala WHOQOL-Bref da OMS. Para verificar a diferença das médias do escore geral da QV em relação à baixa, média e alta adesão ao GAPB, realizou-se a ANOVA e teste post-hoc (Bonferroni). A distribuição dos escores dos domínios da QV na adesão ao GAPB foi realizada em quartis e utilizando o teste de Kruskal-Wallis. Para todas associações considerou-se $p < 0,05$ para as diferenças significativas. Resultados: Foram incluídos no estudo 190 idosos, 15,5,8% fisicamente ativos e 84,2% sedentários. Em média, idosos com baixa adesão ao GAPB apresentaram escore de 50,86% na QV geral, e menores proporções de QV, quando comparado aos escores na média (-12,73%; $p = 0,008$), relações sociais ($p = 0,008$) e meio ambiente ($p = 0,008$). Considerações finais: Idosos com baixa adesão ao GAPB apresentaram menor percepção da QV, enquanto aqueles com média e alta adesão apresentaram melhor percepção, demonstrando a importância da adesão às recomendações do GAPB para a QV do idoso.

Palavras-Chaves: Idosos; Qualidade De Vida; Guia alimentares.

AERODANCE COMO PRÁTICA CORPORAL EMPODERADORA NA TERCEIRA IDADE: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Eliel de Jesus Melo,

Profissional de Educação Física residente em Atenção Básica

Programa de Residência Multiprofissional em Atenção Básica da Escola Multicampi de Ciências Médicas da Universidade Federal do Rio Grande do Norte-EMCM/UFRN;

Patrícia Adriana Silva,

Enfermeira residente em Atenção Básica pelo Programa de Residência Multiprofissional em Atenção Básica da Escola Multicampi de Ciências Médicas da Universidade Federal do Rio Grande do Norte-EMCM/UFRN;

Franciely Batista Soares,

Enfermeira residente em Atenção Básica pelo Programa de Residência Multiprofissional em Atenção Básica da Escola Multicampi de Ciências Médicas da Universidade Federal do Rio Grande do Norte-EMCM/UFRN;

Vanei Pimentel Santos,

Enfermeiro, Doutorando em Engenharia e Gestão de Recursos Naturais pela Universidade Federal de Campina Grande-UFCG.

Ana Lucia Medeiros de Sousa,

Mestre em Saúde Coletiva- Unisantos - SP, Professora Universidade Estadual do Rio Grande do Norte – UERN.

Introdução: Em decorrência da mudança na pirâmide etária e epidemiológica, nota-se o crescente número de uma população que envelhece diariamente, haja vista a necessidade de prevenção e promoção de saúde desse público, sendo assim necessário o não surgimento ou estadiamento de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) e suas sequelas, pois essas são uma das maiores causas de inatividade física enfrentado por essa população idosa. Portanto, torna-se viável a adoção de estratégias de cuidados que possam ser satisfatórias tanto no prazer ao realizar, como baseado em evidências sobre os seus benefícios para essa população.

Metodologia: O presente arcabouço trata-se de relato de experiência de um residente do programa de Residência Multiprofissional em Atenção Básica da Universidade Federal do Rio Grande do Norte, com atuação, em Unidades Básica de Saúde (UBS) da cidade de Caicó/RN. O trabalho tem a intenção de apresentar o impacto no empoderamento na saúde das pessoas idosas que participam de aula de dança (intitulada Aerodance), com encontros semanais.

Resultados e discussão: As aulas de Aerodance tornaram-se um espaço de interação social entre os participantes, fazendo com que eles pudessem relatar sobre as suas vivências cotidianas. A dança é entendida como movimento corporal livre que auxilia no cuidado dos controles glicêmicos, pressóricos, corporal, mental e social. Nesse sentido, as aulas de Aerodance foram uma estratégia potente e poderosa para o empoderamento das pessoas idosas, oferecendo benefícios físicos, cognitivos, emocionais e sociais que contribuíram significativamente para a qualidade de vida e o bem-estar. **Conclusão:** Nota-se que as aulas de Aerodance foram estratégias no empoderamento em cuidado em saúde das pessoas idosas, pois além dos benefícios da atividade física, contribuíram na criação de espaços de alegria, expressão e comunidade, fortalecendo o corpo, a mente e o espírito.

Palavras-chave: Prática Corporal; Terceira Idade; Aerodance.

ALTO DA BOA IDADE: UMA INICIATIVA EXTENSIONISTA INTERPROFISSIONAL PARA PROMOÇÃO DO ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL

Awdrey Lorenna Soares da Silva,
Amanda Lima Sampaio,
Erick Dantas Bernardo,
Karleane Araujo Santana da Silva,
Gabriel Augusto de Medeiros,
Marcelo Viana da Costa.

Escola Multicampi de Ciências Médicas (EMCM)
Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN

Introdução: A transição demográfica no Brasil, com destaque para o envelhecimento populacional, e a compreensão dos processos de senescência e senilidade, reforçam a importância da Avaliação Geriátrica Ampla (AGA) na análise multidimensional dos longevos e dos impactos positivos dos grupos de convivência na promoção à saúde da população idosa.

Objetivo: Relatar a experiência das ações de promoção à saúde da pessoa idosa, desenvolvidas pelo projeto extensionista Alto da Boa Idade. **Metodologia:** Relato de natureza descritiva e exploratória durante os meses de outubro/2023 a março/2024 no bairro Alto da Boa Vista, em Caicó/RN. **Resultados:** O grupo de idosos, fundado a partir do projeto, conta com encontros semanais, no espaço físico da UBS, com reforços domiciliares individuais, orientações por meio de cartilhas e a realização de atividades físicas, cognitivas e educativas. O projeto prevê também a aplicação de duas avaliações por meio da AGA, sendo uma no começo (já iniciada) e outra no final do ano. Todas as ações são conduzidas por estudantes de medicina e residentes do programa de residência multiprofissional em atenção básica. A aplicação de um questionário nas fases iniciais do projeto revelou o interesse dos idosos em participar do grupo e por atividades específicas. No mês de março, foram realizadas duas ações: um bingo de inauguração, com 41 idosos, cuja adesão evidenciou a carência de interação social e lazer nesse público; e a avaliação de 4 idosos por meio da AGA, que atestou a satisfação dos longevos com o atendimento e a necessidade de acompanhamentos personalizados. **Considerações finais:** Espera-se que o projeto transforme a forma como se pensa e age em relação ao envelhecimento, fortaleça a autonomia e melhore a qualidade de vida dos longevos de forma longitudinal e interprofissional. Vale ressaltar que a iniciativa enfrenta desafios, como o financiamento e a manutenção do engajamento dos idosos, exigindo a capacidade de adaptação da equipe executora.

Palavras-chave: Idoso; Envelhecimento saudável; Atenção primária à saúde.

ANÁLISE DA CORRELAÇÃO ENTRE A COGNIÇÃO E A OSCILAÇÃO DO CENTRO DE PRESSÃO EM IDOSAS FISICAMENTE ATIVAS

Camila Pereira, Diego Augusto Nascimento Ponce,
Fernanda Cristiane de Melo,
Denílson de Castro Teixeira.
Universidade Estadual de Londrina – UEL

Introdução: O comprometimento das funções cognitivas ocasionado pelo processo de envelhecimento é um dos principais fatores da perda da independência do indivíduo, este evento influencia em diversos aspectos funcionais, entre eles o controle postural. **Objetivo:** Analisar a correlação entre declínio cognitivo e oscilação do centro de pressão de idosas fisicamente ativas. **Metodologia:** A amostra foi composta por mulheres, com idade superior a 60 anos, participantesativamente de um programa de atividade física da Universidade Estadual de Londrina (UEL). Para a avaliação da cognição foi utilizada a Montreal Cognitive Assessment (MoCA) em sua versão brasileira, O Controle Postural foi avaliado por meio da plataforma de força, sendo adotada a postura bipodal nas condições olhos abertos (COP_OA) e fechados (COP_OF). A análise dos dados foi realizada através do software SPSS versão 25 (IBM) e o nível de significância adotado foi de 5% ($\leq 0,05$). **Resultados:** A amostra constituiu-se de 130 mulheres, com a idade média de 70,2 anos ($\pm 7,10$ anos), com a escolaridade média de 6,9 anos ($\pm 4,6$ anos). A correlação entre cognição e deslocamento do centro de pressão foi realizada mediante o coeficiente de correlação de Spearman para dados não paramétricos. Observou-se correlação significativa, no entanto, fraca entre a variável oscilação do COP_OF com a escolaridade, onde nota-se a tendência das idosas com menos anos de estudo apresentaram maior oscilação do COP_OF ($r = -0,26$; $p = 0,027$). Quando analisada a variável oscilação do centro depressão com olhos abertos (COP_OA) e MoCA, foi observado que idosas com baixo escore cognitivo tendem a ter maior oscilação no COP ($r = -0,25$; $p = 0,027$). **Considerações finais:** Os resultados deste estudo apontaram correlações significativas entre escolaridade, cognição e oscilação do COP, entretanto, as correlações se mostraram fracas. Diante disso, sugere-se a exploração mais aprofundada dos aspectos cognitivos e do controle postural.

Palavras-chave: Controle Postural; Cognição; Envelhecimento; Declínio Cognitivo.

ANÁLISE DISCRIMINATÓRIA DO BAIXO GASTO ENERGÉTICO PARA DETERMINAÇÃO DA FRAGILIDADE FÍSICA NA PESSOA IDOSA ALAGOANA

Thais Evelin Marques da Silva^{1 3},

Lucas dos Santos Ferreira^{1 2},

Flávio Galvão Torres de Albuquerque^{1 4},

Kelly Christiane da Silva^{1 4},

João Araújo Barros Neto^{1 2},

Enaiane Cristina Menezes^{1 3 4}

Universidade Federal de Alagoas¹,

Programa de Pós-Graduação de Nutrição²,

Programa Associado de Pós-Graduação em Ciências do Movimento³,

Instituto de Educação Física e Esporte⁴

Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de Alagoas.

Introdução: A fragilidade caracteriza-se por ser um estado a nível sistêmico de vulnerabilidade a eventos estressores. A avaliação completa do Fenótipo de Fragilidade pode se tornar inviável em alguns contextos onde há ausência de recursos ou falta de infraestrutura adequada.

Objetivo: Testar a capacidade discriminatória do item baixo gasto energético na determinação da fragilidade física na pessoa idosa alagoana. **Metodologia:** Estudo de acurácia diagnóstica composto por pessoas com 60 anos ou mais residentes da comunidade. A coleta de dados foi realizada em 10 cidades do Estado de Alagoas através de visitas domiciliares. Participaram do estudo os indivíduos que realizaram a avaliação dos cinco itens do fenótipo. Como teste referência utilizou-se o Fenótipo de Fragilidade composto por cinco itens: perda de peso não intencional, fadiga, fraqueza muscular, lentidão da marcha e baixo gasto energético, considerando 0=robustos, 1 ou 2=pré-frágeis e 3 ou mais=frágeis. Como teste modificado retirou-se o item baixo gasto energético do fenótipo da fragilidade e utilizou-se o ponto de corte de 0=robustos, 1=pré-frágeis e 2 ou mais=frágeis e testou- se sensibilidade, especificidade e acurácia diagnóstica. **Resultados:** Foram avaliados 480 indivíduos com média de idade de 69 anos ($DP=7,7$) e prevalência do sexo feminino (64,6%). A prevalência de fragilidade foi de 12,1% e na condição modificada foi de 14,5%, sem diferença significativa na prevalência. A sensibilidade foi de 100% e a especificidade foi de 97,3% com 97,7% (IC 95,9-98,8) de acurácia diagnóstica. **Considerações finais:** Ao retirar o item do baixo gasto energético e modificar o ponto de corte, pode-se avaliar a fragilidade e a atividade física de forma independente, tendo uma alta capacidade de acertar o diagnóstico. Tais resultados permitem que profissionais de saúde optem, caso necessário, por avaliar a fragilidade com 4 ao invés de 5 itens.

Palavras-chave: Fragilidade; Idoso; Saúde.

ANÁLISE EPIDEMIOLÓGICA DE ÓBITOS EVITÁVEIS EM IDOSOS NO RIO GRANDE DO NORTE

Helmut Kennedy Azevedo do Patrocínio,
Ana Letícia Ramalho de Andrade,
Glenda Suelen Ferreira Monteiro,
Pablo Henrique Batista de Sousa,
Thaís Araújo dos Santos,
Ana Carolina Patrício de Albuquerque Sousa.
Escola Multicampi de Ciências Médicas –EMCM.
Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN

Introdução: Mortes evitáveis são aquelas que poderiam ser prevenidas por políticas de saúde pública eficazes e/ou por atendimento eficaz e no momento oportuno. A idade de 75 anos é considerada o limite máximo para definir uma causa de morte como evitável. **Objetivo:** Realizar uma análise epidemiológica da ocorrência de mortes evitáveis em idosos no Rio Grande do Norte (RN). **Metodologia:** Estudo epidemiológico do tipo ecológico com dados do Departamento de Informação e Informática do SUS que analisou óbitos evitáveis em idosos segundo faixas etárias- 60 a 64, 65 a 69 e 70 a 74 anos -, e sexo no RN entre 2018 e 2022. As causas de óbitos evitáveis são estratificadas conforme proposto por Malta e colaboradores: por ações de imunoprevenção (grupo 1); por ações adequadas às doenças de causas infecciosas (grupo 2); ações adequadas às doenças não transmissíveis (grupo 3); por ações adequadas causas de morte materna (grupo 4) - categoria não aplicável ao presente estudo; e por ações adequadas às causas externas (acidentes e violências) (grupo 5). **Resultados:** Foram registrados um total de 19448 óbitos evitáveis em idosos, 11097 em homens e 8350 em mulheres. A maior quantidade ocorreu na faixa etária de 70 a 74 anos (38,94%). As mulheres apresentam proporcionalmente mais mortes evitáveis por ação no grupo 3 do que homens (83,04% x 79,19%). Porém, os homens prevalecem em números relativos (8% x 3%) e absolutos (888 x 251) no grupo 5. Nesse grupo, óbitos evitáveis com mais registros foram decorrentes de acidentes de transporte, quedas, lesões autoprovocadas e agressões. **Considerações finais:** Os resultados deste estudo destacam a importância de se acompanhar óbitos evitáveis em idosos no RN. A ocorrência de mortes evitáveis é predominante na faixa etária de 70 a 74 anos e as principais vítimas de mortes evitáveis por causas externas são os homens. Conhecer essa estratificação das causas reduzíveis é relevante para a implementação de medidas adequadas voltadas a cada grupo alvo.

Palavras-chave: Idoso; Causas de morte; Epidemiologia.

ANÁLISE MULTIDIMENSIONAL DA PARTICIPAÇÃO DE IDOSOS DO PROJETO MOVI-MENTE: UM ESTUDO DE CASO

Hudson Patrick Pinheiro Andre¹,
Vinicius Gomes Freitas²,
Renato Sobral Monteiro Junior²,
Juliana Bohnen Guimarães¹,
Bruno Costa Teixeira¹,
Camila Cristina Fonseca Bicalho¹

¹Universidade do Estado de Minas Gerais, Minas Gerais

²Universidade Estadual de Montes Claros, Minas Gerais

APQ-03013-22 FAPEMIG

Introdução: O envelhecimento pode levar a uma diminuição na percepção de qualidade de vida, envolvendo aspectos físicos, psicológicos e sociais. Nesse contexto, o exercício físico tem sido associado ao bem-estar e saúde dos idosos, reduzindo o risco de declínio cognitivo, aumentando a funcionalidade e a independência. **Objetivo:** Analisar os aspectos físicos, psicológicos e cognitivos de idosos participantes do projeto de extensão Movi-Mente.

Metodologia: Estudo de caráter longitudinal, no qual participaram 4 idosas, com idade $64,5 \pm 2,51$ anos. O questionário de dados demográficos, o Sênior Fitness Test, a Escala de Depressão Geriátrica e o Mini Exame de Estado Mental fizeram parte do protocolo de avaliação. Esse protocolo foi realizado em três momentos entre setembro/23 e fevereiro/24 (1º: pré-intervenção; 2º: pós-intervenção; 3º: dois meses sem intervenção). Após avaliação foi realizada uma análise descritiva (média e desvio padrão). **Resultados:** Ao comparar o desempenho pré e pós-intervenção, foi observada uma melhora clínica no desempenho individual após o período de intervenção, e um leve declínio após ficarem 2 meses sem realizarem exercícios físicos, com exceção para o Mini-mental e na GDS obtiveram melhora nos escores mesmo após o recesso. Mini mental (PRÉ: $24 \pm 4,0$; PÓS $26 \pm 2,16$); Sênior fitness test: Flexão de cotovelo (PRÉ: $15,66 \pm 4,61$; PÓS: $21,5 \pm 5,97$); Sentar e levantar (PRÉ: $11 \pm 2,64$; PÓS: $14 \pm 1,41$); Marcha (PRÉ: $83,66 \pm 12,22$; PÓS: $98,25 \pm 5,93$); Levantar e ir (PRÉ: $6,88 \pm 0,35$; PÓS: $6,83 \pm 1,17$), GDS (PRÉ: $4,33 \pm 4,50$; PÓS: $2,25 \pm 2,21$) e após ficarem 2 meses sem participar do projeto os resultados foram: Mini mental ($27,66 \pm 2,30$); Flexão de cotovelo ($18,33 \pm 5,68$); Sentar e levantar ($13,33 \pm 4,04$); Marcha ($93,66 \pm 14,04$); Levantar e ir ($6,35 \pm 0,84$); GDS (PÓS: $1,75 \pm 2,36$). **Conclusão:** Os achados deste estudo reforçam a importância do exercício físico aliado a estímulos cognitivos na prevenção e melhora de declínios em aspectos físicos, psicológicos e cognitivos.

Palavras-chave: Envelhecimento; Exercício Físico; Qualidade de vida.

APLICAÇÃO DO QUESTIONÁRIO IVCF-20 PARA AVALIAÇÃO MULTIDIMENSIONAL DE IDOSOS EM UMA INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA: RELATO DE EXPERIÊNCIA.

Saulo Silas Viana de Oliveira Costa,

Victória Dantas de Araújo,

João Elder Araújo Cavalcante de Lira,

Raphael Fernandes Assis Gadelha Botelho,

Francisco Belisio de Medeiros Neto,

Sílvia Barreto de Almeida Rocha.

Escola Multicampi de Ciências Médicas do Rio Grande do Norte

Universidade Federal do Rio Grande Do Norte – UFRN

Introdução: O aumento da expectativa de vida e a consequente mudança demográfica representam desafios importantes para a saúde pública e os sistemas de cuidado de longa duração. Neste contexto, a avaliação multifuncional dos idosos, a partir da aplicação de instrumentos de triagem, utilizados para identificar condições de fragilidade, como o Índice de Vulnerabilidade Clínico Funcional (IVCF-20), em Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPIs), emerge como uma ferramenta estruturada essencial para compreender as necessidades individuais, promover a qualidade de vida e otimizar os cuidados prestados.

Objetivo: Descrever a experiência de graduandos do curso de medicina em uma atividade de avaliação multidimensional de idosos vinculados a uma ILPI, através da utilização do questionário ICVF-20. **Metodologia:** Trata-se de um estudo descritivo, de abordagem qualitativa. O relato descreve as experiências e reflexões de discentes do curso de medicina da Escola Multicampi de Ciências Médicas do Rio Grande do Norte (EMCM/RN) vinculados a liga acadêmica de geriatria. A ação foi realizada em dezembro de 2023 em uma ILPI localizada no município de Caicó/RN. A aplicação da escala se deu no formato de entrevista com o idoso-índice ou o cuidador responsável. **Resultados:** Diante do universo de cinquenta idosos que residem na instituição, identificou-se, após a aplicação, um elevado índice de vulnerabilidade, sendo que quase a totalidade dos idosos apresentavam dependência para as atividades em algum dos domínios avaliados pelo instrumento. **Considerações finais (ou Impacto social):** A ação possibilitou construir um diagnóstico situacional multidimensional para a referida instituição, bem como promoveu uma experiência para a qualificação dos discentes na utilização do instrumento durante a avaliação geriátrica.

Palavras-chave: Avaliação Geriátrica; Instituição de Longa Permanência para Idosos; Saúde do Idoso Institucionalizado.

ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM NA IDENTIFICAÇÃO DE DECLÍNIO FUNCIONAL NA PESSOA IDOSA.

Ellen Renalle Martins Guedes,
Jayara Mikarla de Lira,
Jaqueleine Araújo Paula Lima,
Maria Emilia Dantas Oliveira,
Francisco Gelzo da Silva Neto,
Vânia Ellen Bezerra Sousa.

Universidade Federal de Campina Grande – UFCG

Introdução: O envelhecimento é um processo que acarreta em diversas modificações, como disfunções físicas, cognitivas, perceptivas e comportamentais. O declínio funcional destaca-se pela incapacidade do idoso de realizar as atividades básicas que permitam cuidar de si próprio. Tendo em vista isto, a enfermagem desempenha um papel crucial no cuidado da pessoa idosa, proporcionando reabilitação física e mental bem como a promoção da saúde e prevenção de agravos. **Objetivo:** Compreender a relevância da assistência de enfermagem na identificação de declínio funcional na pessoa idosa. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, baseada em uma coleta de informações realizada nas bases de dados eletrônicas: Scielo e Google Acadêmico utilizando a combinação dos descritores “Assistência de enfermagem” AND “declínio funcional”. Foram selecionados 10 estudos para compor esta pesquisa, utilizando como critérios de seleção: estudos redigidos no idioma português e que tratam a temática principal. A pesquisa foi realizada entre os dias 24 e 27 de março de 2024. **Resultados:** O declínio das capacidades funcionais interfere diretamente na autonomia e independência da pessoa idosa, e está associado a inúmeros fatores, como doenças adjacentes, traumas por quedas, isolamento social, violências físicas e psicológicas, entre outros. Dessa forma, a equipe de enfermagem é responsável por avaliar as condições de saúde do idoso, com o auxílio de instrumentos, como o Miniexame do Estado Mental, Índice de Katz, avaliação do risco de quedas, escala de depressão geriátrica, entre outros que permitem a identificação de alterações na capacidade funcional e cognitiva. **Considerações finais:** É de suma importância que a equipe de saúde receba a capacitação necessária para utilizar estes instrumentos de avaliação e a partir disto elaborar estratégias para realizar a manutenção da saúde e prevenção de agravos, bem como intervir prematuramente para reverter este estado de incapacidade.

Palavras-chave: Pessoa idosa; Enfermagem; Declínio funcional.

ASSOCIAÇÃO DE MANOBRAS DE REPOSIÇÃO E FISIOTERAPIA VESTIBULAR EM IDOSAS COM VERTIGEM POSICIONAL PAROXÍSTICA BENIGNA: RELATO DE CASOS

Heitor de Paiva Porfírio Confessor,
Lucas Siqueira Machado,
Lucas Matias da Costa,
Juliana Cirilo Soares de Souza,
Lucas Barbosa de Araújo,
Karyna Myrelly

Oliveira Bezerra de Figueiredo Ribeiro.

Departamento de Fisioterapia,
Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN

Introdução: a Vertigem Posicional Paroxística Benigna (VPPB) é o distúrbio vestibular mais comum na população idosa. Embora as Manobras de Reposicionamento Otolítico (MRO) sejam o tratamento clássico, a instabilidade postural pode persistir por algumas semanas, sendo recomendados exercícios de Fisioterapia Vestibular (FV) para a melhora dos sintomas remanescentes. **Objetivo:** investigar os efeitos das MRO associadas a exercícios personalizados de Fisioterapia Vestibular em idosas com VPPB. **Metodologia:** trata-se de um relato de casos, de caráter retrospectivo e descritivo. Participaram duas mulheres, com idade de 65 e 80 anos, com diagnóstico de VPPB, provenientes do projeto de extensão “Reabilitação vestibular nas disfunções otoneurológicas”, realizado no Departamento de Fisioterapia da Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN). A presença de VPPB, assim como o diagnóstico do canal acometido, foram avaliados pelos testes de Dix-Hallpike e Supine Roll Test; a intensidade da tontura foi mensurada a partir da Numeral Rating Scale (NRS); o equilíbrio estático pelo Teste Clínico de Integração Sensorial e do Equilíbrio modificado (TCISEm), teste de Romberg sensibilizado (tandem) e Apoio Unipodal (AU); o equilíbrio dinâmico pelo Dynamic Gait Index (DGI) e a qualidade de vida pelo Dizziness Handicap Inventory (DHI). As idosas foram submetidas a um protocolo de intervenção contendo MROs seguido de exercícios personalizados de FV. **Resultados:** Após a MRO, os sintomas vertiginosos cessaram, porém, ainda havia relato de tontura e/ou desequilíbrio. Com a aplicação dos exercícios personalizados, observou-se redução na intensidade da tontura, melhora do equilíbrio estático e dinâmico, além de uma diminuição considerável do impacto da tontura na qualidade de vida. **Considerações finais:** a associação de MRO e exercícios personalizados de Fisioterapia Vestibular mostrou efeitos positivos para a sintomatologia de tontura, equilíbrio corporal, marcha e qualidade de vida.

Palavras-chave: Disfunção Vestibular; Fisioterapia Vestibular; Qualidade de vida.

ASSOCIAÇÃO DO TREINAMENTO DE FORÇA REALIZADO EM UM PROJETO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA COM O DESEMPENHO FÍSICO DE IDOSOS

Layla Maciel dos Santos^{1, 2},
Regina Brená de Lima Costa¹,
Cíntia Ehlers Botton^{1, 2}.

¹Instituto de Educação Física e Esportes/Universidade Federal do Ceará.

²Programa de Pós-Graduação em Fisioterapia e Funcionalidade.
Universidade Federal do Ceará - UFC

Introdução: O programa Saúde em Movimento é um projeto do Instituto de Educação Física e Esportes da Universidade Federal do Ceará que oferece treinamento de força ao público idoso das localidades próximas ao instituto tendo como foco promover a prática regular e benefícios à saúde desta população. **Objetivo:** Verificar os efeitos do programa de treinamento de força no desempenho físicos dos idosos. **Metodologia:** Estudo quase-experimental com amostra formada de idosos com idade de 60 anos ou mais de ambos os sexos. Os participantes realizaram duas avaliações antes e após intervenção de treinamento de força de quatro meses com frequência de dois dias por semana em dias não consecutivos. Os instrumentos aplicados para coleta de dados foram: medidas antropométricas, timed up and go (TUG), sentar e levantar da cadeira 5x e força de preensão manual. Para comparação dos dados foi utilizado teste t Student pareado para dados paramétricos e Wilcoxon para dados não paramétricos, adotando-se um nível de significância de 5%. **Resultados:** Participaram 13 idosos ($71,3 \pm 6,2$ anos; um único homem). A média do índice de massa corporal no momento pré foi de $27,3 \pm 3,6$ enquanto nos pós foi de $27,1 \pm 3,6$, em ambos caracterizando sobrepeso dos idosos. Após a intervenção foi observada melhora significativa no TUG (diferença média de 0,63s, IC95% 0,06-1,19, $p=0,03$) e no teste sentar e levantar da cadeira (diferença média de 0,90s, IC95% 0,12-1,67, $p=0,02$). As demais medidas não demonstraram diferenças significativas. **Considerações finais:** O programa de treinamento de força do Saúde em Movimento no período de quatro meses melhorou a funcionalidade e desempenho físico dos membros inferiores dos idosos participantes.

Palavras-chave: Saúde; Idoso; Extensão.

ASSOCIAÇÃO ENTRE ATIVIDADE FÍSICA E PROPÓSITO DE VIDA NA PROMOÇÃO DO ENVELHECIMENTO BEM-SUCEDIDO EM IDOSOS

Gabriel de Aguiar Antunes UDESC, Santa Catarina

Felipe Fank, UDESC, Santa Catarina - UNIEDU

Bruna da Silva Vieira Capanema, UDESC, Santa Catarina - UNIEDU

Damiana Lima Costa, UDESC, Santa Catarina - CAPES

Maria Clara Machado Trento, UDESC, Santa Catarina - CAPES

Giovana Zarpellon Mazo, UDESC, Santa Catarina

Introdução: Este estudo aborda a teoria do envelhecimento bem-sucedido, especificamente, uma associação da atividade física e o propósito de vida de idosos da grande Florianópolis, do estado de Santa Catarina. **Objetivo:** analisar a associação entre atividade física e propósito de vida de idosos. **Metodologia:** Trata-se de um estudo quantitativo. n= 114 idosos (91 mulheres e 23 homens) média de 70 anos participantes do projeto de extensão grupo de estudos da terceira idade da Udesc (GETI), do Centro de Ciências da Saúde e do Esporte. Instrumentos: IPAQ – versão idoso e questionário e projeto de vida. Os dados foram armazenados no Office Excel® e analisados no software R versão 4.2.1 (The R Foundation for Statistical Computing). A amostra é de forma descritiva, média e desvio padrão. Classificou-se em "ativos" idosos que realizam mais de 150min de AF semanais e “insuficientemente ativos” idosos que realizam menos de 150min. **Resultados:** Mulheres: 91 (79,8%), ensino médio: 43 (38,7%); e superior completo, 41 (36,9%), ou seja, em sua maioria alfabetizados e com formação superior completa 78 (68,4%). E mais de 50% da amostra recebem mais do que 2 salários-mínimos. O aumento em um ponto no somatório dos propósitos de vida diminuiu a chance do idoso ser insuficientemente ativo, na intensidade vigorosa, em 46% no percentil inferior, 51% no percentil mediano e 61% no percentil superior. Além disso, foi possível identificar que os coeficientes da atividade física vigorosa se elevam à medida que aumentam os percentis de projeto de vida. **Conclusão:** o estudo revela que há uma associação no fator propósito de vida com níveis mais elevados de atividade física. O que denota que há uma associação multidimensional entre ambas as variáveis.

Palavras-chave: Idosos; Atividade Física; Propósito de vida.

ASSOCIAÇÃO ENTRE FORÇA DE PREENSÃO MANUAL E ATIVIDADES INSTRUMENTAIS DA VIDA DIÁRIA: UM ESTUDO COM LONGEVOS RIBEIRINHOS E RURAIS DE MANAUS, AM

Inês Amanda Streit,
Gabrielle Vitória Carvalho de Lima,
Gessica dos Santos da Silva.

Universidade Federal do Amazonas - UFAM
Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado do Amazonas (FAPEAM).

Introdução: Um dos principais indicadores de envelhecimento saudável é a capacidade funcional, ou seja, a independência para realizar tarefas básicas e instrumentais da vida diária. Com o processo de envelhecimento, se faz necessário compreender o que pode favorecer a manutenção dessa independência. **Objetivo:** Verificar se existe associação entre a força de preensão manual e capacidade funcional de idosos longevos da zona rural de Manaus, AM. **Método:** Para este estudo observacional e de associação, utilizou-se as Escalas de Katz e Lawton a para avaliar atividades básicas da vida diária (ABVD) e atividades instrumentais da vida diária (AIVD), respectivamente. Também foi feito uso do dinamômetro da marca SAEHAN SH5001 para mensurar a força de preensão manual (FPM). **Resultados:** Participaram deste estudo 90 longevos, com média de idade de 84,6 ($\pm 4,8$), com predominância dos homens. Aconteceu associação positiva entre AIVD e força de preensão manual direita e esquerda, isto é, a cada aumento de um ponto no escore da AIVD aumenta-se 1,35 e 1,40 kg/f para as mãos esquerda e direita, respectivamente. **Conclusão:** A partir dos resultados pode-se inferir que idosos longevos que vivem na zona rural de Manaus, AM apresentam singularidade em relação ao perfil, como a prevalência de homens. Destaca-se a necessidade de oferecer atividades físicas a esta população para manutenção da FPM e, com isso, preservar a independência desses longevos para as AIVD.

Palavras-chave: Capacidade funcional; Força de preensão manual; Longevidade.

ASSOCIAÇÃO ENTRE PRESENÇA DE DOR E QUALIDADE DE VIDA EM IDOSOS DE UM PLANO DE SAÚDE

Túlio Chaves Mendes,
Gledson Tavares Amorim de Oliveira,
Bruna Perez Costa Lima,
Wilson Cezar Domingos de Azevedo,
Tatiana Lira Marinho,
Hassan Mohamed Elsangedy.

Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN
CNPq

Introdução: Com o aumento da expectativa de vida, a busca por um envelhecimento saudável é crucial. Embora a dor seja reconhecida como um problema de saúde pública, sua relação com a qualidade de vida na população idosa é comumente subestimada. Segundo a IASP, a dor é uma experiência sensitiva e emocional podendo desencadear efeitos adversos no bem-estar físico e psicossocial dos idosos. **Objetivo:** Avaliar a associação entre a presença de dor e qualidade de vida em idosos no aspecto físico e mental. **Metodologia:** Trata-se de um estudo transversal que incluiu 160 idosos (60-93 anos; IMC= $26,8 \pm 3,99$; 68,8% mulheres). Realizou-se o questionamento acerca da presença ou não acerca de dores articulares e a característica da dor quanto ao seu caráter agudo ao realizar movimento, dores intermitentes sem movimento ou dor crônica, e a avaliação da qualidade de vida foi utilizado o questionário SF-12. O modelo linear generalizado gama foi utilizado para investigar a associação entre a presença de dor e a qualidade de vida, considerando tanto o componente físico quanto o mental. Os modelos foram ajustados para idade, sexo e índice de massa corporal. **Resultados:** Não encontramos associação entre a presença de dor e a qualidade de vida no componente físico ($p = 0,084$). No entanto, observamos uma associação significativa no componente mental ($B = -8,63$; IC95% = -15,79 a -1,46, $p = 0,018$). Idosos que relataram sintomas de dor apresentaram uma qualidade de vida mental significativamente inferior em comparação com aqueles sem sintomas de dor (Média = 73,10 vs. 81,73). **Considerações finais:** Idosos que relataram sintomas de dor apresentaram uma qualidade de vida mental significativamente inferior em comparação aos que não relataram dor, indicando um impacto mais pronunciado da dor no bem-estar mental do que no físico. Ressaltando assim a importância de estratégias de intervenção que direcionam os aspectos mentais associados à dor para promover a melhoria da qualidade de vida desta população.

Palavras-chave: Idoso; Qualidade de vida; Dor.

ASSOCIAÇÃO ENTRE ÁREAS VERDES E O NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA EM IDOSOS ALAGOANOS: UM ESTUDO DE BASE POPULACIONAL

Lucas Dos Santos Ferreira^{1 4},
Flávio Galvão Torres de Albuquerque^{1 4};

Kelly Christiane da Silva^{1 4};
Thais Evelin Marques da Silva^{1 3 4}

João Araújo Barros Neto^{1 2};
Enaiane Cristina Menezes^{1 3 4}

Universidade Federal de Alagoas¹,

Programa de Pós-Graduação em Nutrição²,

Programa Associado de Pós-Graduação em Ciências do Movimento³,

Instituto de Educação Física e Esporte⁴

Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de Alagoas

Introdução: A prática da atividade física (AF) é um importante aliado para a manutenção da capacidade funcional do idoso e a literatura expõe que a presença de áreas verdes no bairro tem efeitos no aumento do nível de AF. **Objetivo:** Associar a presença de áreas verdes com o nível de atividade física em idosos alagoanos. **Metodologia:** Estudo observacional, de base populacional e corte transversal. A amostra é composta por idosos residentes na capital Maceió e mais 10 municípios do estado de Alagoas. O processo de amostragem se deu por conglomerados, e para participar da pesquisa o idoso apresentou idade ≥ 60 anos. Para analisar o nível de AF foi utilizado o Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ), apenas o domínio 4 (lazer). Foram considerados inativos os participantes que não realizam AF, insuficientemente ativos (IA) quem realiza AF com o tempo <150 min/semana de AFMV e ativos quem realiza ≥ 150 min/semana de AFMV. As áreas verdes foram avaliadas: “Existem áreas verdes com árvores nas ruas perto de sua casa?”. Para associar as áreas verdes com a prevalência de AF foi utilizado uma Regressão Logística Multinomial. **Resultados:** Foram coletados 1089 idosos e analisadas 998 idosos, sendo 66,1% do sexo feminino, com idade média de 72 anos (DP=9,08). Apenas 3,7% dos idosos foram considerados ativos (AFMV), 27% IA e 69,3% inativos. A presença de áreas verdes apresentou associação com a AF, mostrando que os idosos que habitam próximo de áreas verdes têm quase três vezes mais chances de serem ativos ($OR=2,94$; 95% IC=1,26–6,82), porém não apresentou associação com os IA ($OR=1,19$; 95% IC=0,88 – 1,61). Após a análise ajustada por sexo, escolaridade, estado civil, IDHM e idade as variáveis se mantiveram associadas para os ativos ($OR = 3,69$; 95% IC=1,48– 9,19), mas não com os IA ($OR=1,19$; 95% IC=0,87–1,63). **Considerações Finais:** Idosos alagoanos que residem em uma vizinhança com a presença de áreas verdes fazem mais atividade física.

Palavras-chave: Atividade física; Áreas Verdes; Ambiente Construído.

ATENDIMENTO ODONTOLÓGICO DOMICILIAR: CONHECIMENTO, USO E PREFERÊNCIAS DE PESSOAS IDOSAS DE UMA REGIÃO METROPOLITANA DO NORDESTE BRASILEIRO

Caroline Fernandes da Costa,
Natália Cristina Garcia Pinheiro,
Renata Roque Ribeiro,
Anna Crisllainy da Costa Monteiro,
Maria Luiza Diniz de Sousa Lopes,
Kenio Costa de Lima.

Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN

Introdução: O atendimento odontológico domiciliar (AOD) visa a promoção/prevenção e reabilitação em saúde bucal no domicílio dos pacientes, sendo uma modalidade de atendimento cada vez mais comum para a população idosa. **Objetivo:** Compreender aspectos relacionados ao AOD pela população idosa, no que se refere ao uso, conhecimento objetivo e preferência por esse atendimento. **Metodologia:** O estudo é do tipo observacional, transversal, individuado, e Web Survey, em que foram aplicados questionários online através do Google forms a pessoas idosas (≥ 60 anos) de uma região metropolitana do Nordeste brasileiro. O instrumento apresentava questões socioeconômicas, demográficas e outras relacionadas ao conhecimento objetivo, uso e preferência do AOD. Os dados foram submetidos à análise descritiva, bivariada e regressão robusta de Poisson, com um nível de significância de 5%. **Resultados:** No total, 203 idosos foram incluídos na pesquisa. A maioria era do sexo feminino (67%), tinha entre 60 e 69 anos de idade (59,6%), não conhecia a AOD (79,8% IC 95% 74,3-85,4%), nunca utilizou esse tipo de serviço (95,6% IC 95% 92,8-98,4%) e preferia ser atendida em consultório odontológico (68,5% IC 95% 62,1-74,8%). Conhecer a odontologia domiciliar foi significativamente associado a ter plano de saúde médico. Ademais, as pessoas idosas que não tinham plano de saúde e com nível de escolaridade mais baixo demonstraram preferência em ser atendidas em casa em relação ao consultório odontológico tradicional. **Considerações finais:** Embora o AOD ainda seja pouco conhecido por pessoas idosas mais jovens, aquelas com menos acesso aos serviços privados de saúde preferem ser atendidas em casa, reforçando a necessidade de políticas públicas que visem o aumento da oferta desses serviços, principalmente para essa população.

Palavras-chave: Odontologia Domiciliar; Condição Socioeconômica; Idoso.

ATIVIDADE FÍSICA NA MANUTENÇÃO DA FUNCIONALIDADE E DA COGNIÇÃO DAS PESSOAS IDOSAS: UMA REVISÃO NARRATIVA

Leila Medeiros de Azevedo,
Angelo Maximo Soares de Araujo Filho,
Ítalo Henrique Martins Corrêa,
Josiane Pereira dos Santos,
Clemer Mateus Gomes Teixeira,
Vilani Medeiros de Araujo Nunes.

Universidade Federal do Rio Grande do Norte- UFRN

Introdução: O fenômeno da inversão da pirâmide etária promove o aumento da expectativa de vida e, consequentemente, a produção de estudos voltados à população idosa. O envelhecimento é acompanhado por alterações anatômicas e neurológicas que tendem a declinar o desempenho cognitivo das pessoas idosas, impactando diretamente na sua funcionalidade. **Objetivo:** Descrever a importância da atividade física na manutenção da saúde cognitiva e na funcionalidade das pessoas idosas. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão narrativa realizada em artigos publicados na literatura científica, no período de 2019 a 2024. Foram incluídos estudos qualitativos, observacionais e de revisão disponíveis em língua vernácula e inglesa, gratuitos e completos, publicados nas bases de dados LILACS, BDENF e SciELO. Foram utilizados os descritores: pessoa idosa; idosos; atividade física; exercício físico; cognição. Foram excluídos artigos incompletos, com custo para acesso e com temáticas não relacionadas aos objetivos. **Resultados:** Os artigos analisados destacam que há uma associação positiva entre a prática de exercícios físicos e uma melhora na funcionalidade. Dentre as habilidades verificadas no desempenho funcional, houve melhora, a partir das amostras analisadas, em: memória, controle motor, velocidade de processamento, cognição global, raciocínio, função executiva e função visuoespacial. Há discordância sobre a forma de exercício mais adequada, variando-se entre práticas aeróbicas, as quais trabalham grandes grupamentos musculares; e o exercício resistido. **Considerações finais:** Os estudos ressaltam que a prática regular de exercícios físicos está associada a melhorias significativas na funcionalidade cognitiva e física dos idosos. Embora haja divergências sobre o tipo ideal de exercício, é consenso que a inatividade física está diretamente ligada ao declínio cognitivo e funcional nessa população.

Palavras-chave: Pessoa idosa; Atividade física; Desempenho físico funcional.

ATIVIDADE FÍSICA PARA A PESSOA IDOSA NA ATENÇÃO PRIMÁRIA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA A PARTIR DA RESIDÊNCIA MULTIPROFISSIONAL EM SAÚDE

Eliel de Jesus Melo,

Profissional de Educação Física residente em Atenção Básica

Programa de Residência Multiprofissional em Atenção Básica da Escola Multicampi de Ciências Médicas da Universidade Federal do Rio Grande do Norte-EMCM/UFRN;

Vanei Pimentel Santos, Enfermeiro, Doutorando em Engenharia e Gestão de Recursos Naturais pela Universidade Federal de Campina Grande-UFCG.

Patrícia Adriana Silva,

Enfermeira residente em Atenção Básica pelo Programa de Residência Multiprofissional em Atenção Básica da Escola Multicampi de Ciências Médicas da Universidade Federal do Rio Grande do Norte-EMCM/UFRN;

Franciele Batista Soares,

Enfermeira residente em Atenção Básica pelo Programa de Residência Multiprofissional em Atenção Básica da Escola Multicampi de Ciências Médicas da Universidade Federal do Rio Grande do Norte-EMCM/UFRN;

Ana Lucia Medeiros de Sousa,

Mestre em Saúde Coletiva- Unisantos - SP,
Professora da Universidade Estadual do Rio Grande do Norte – UERN.

Introdução: Diante do aumento da expectativa de vida, é fundamental fomentar a prática regular de atividade física para as pessoas idosas, envolvendo adaptações que respeitem a senescênci a e senilidade. Nesse sentido, a possibilidade de realização de atividade física traz benefícios para a saúde das pessoas idosas, impactando na promoção do bem-estar, proporcionando socialização, redução do isolamento social e melhoria da qualidade de vida.

Metodologia: Trata-se de relato de experiência de residentes de Educação Física e Enfermagem vinculados ao programa de Residência Multiprofissional em Atenção Básica da Escola Multicampi de Ciências Médicas- EMCM da Universidade Federal do Rio Grande do Norte-UFRN, durante atuação nas Unidades Básicas de Saúde de Caicó/RN. **Resultados:** O grupo intitulado “Walfredo em Movimento” teve o papel de incentivar a prática regular de atividade física no território adscrito da população. Durante as aulas foram utilizadas metodologias diversas, iniciando com a verificação do estado de saúde, que perpassava por aferição da pressão arterial e glicemia, seguido por um momento de 5 a 10 minutos de intervenção dialogada (educação em saúde) que antecedia o alongamento e circuito com exercícios funcionais, o que permitia um melhor aproveitamento do tempo, maior variação de exercícios que pudessem proporcionar resultados positivos no desenvolvimento motor, articular e força para a pessoa idosa. A participação no grupo não se limitava apenas à presença, ao contrário, o público desfrutava de autonomia nas decisões para a manutenção e melhoria das atividades propostas, onde a troca de experiências e relatos trazidos constituíam ferramenta essencial para integração, com incentivo ao protagonismo no cuidado. **Considerações finais:** O relato evidencia a importância da criação de grupos de idosos na atenção primária, com foco na atividade física e que sustentem visão holística, com incentivo ao cuidado a sua saúde física e mental da pessoa idosa.

Palavras-chave: Atividade Física; Pessoa Idosa; Atenção Primária; Saúde.

ATIVIDADE FÍSICA, COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO E TRANSTORNOS MENTAIS COMUNS EM IDOSOS: ANÁLISE DE CAMINHOS

Antonio Paulo da Silva Oliveira,
Eduardo da Silva Paula,
Joilson Meneguci.
Universidade Federal do Triângulo Mineiro-MG.
CAPES

Introdução: A importância da atividade física (AF) regular e a diminuição do comportamento sedentário (CS) para a saúde mental são bem conhecidas. A compreensão de como esses comportamentos se relacionam, direta ou indiretamente, com transtornos mentais comuns (TMC) em idosos é crucial para a prevenção de danos à saúde mental nesta população.

Objetivo: Avaliar as associações diretas e indiretas da AF e do CS com TMC. **Metodologia:** Trata-se de um estudo transversal realizado na cidade de Matutina-MG, com 292 idosos (71,4 ± 7,9 anos), cadastrados na Estratégia de Saúde da Família. Os participantes elegíveis responderam um questionário estruturado por meio de entrevista. Para o presente estudo, foram consideradas como variáveis exógenas os tempos despendidos em AF (min/sem) e CS (min/dia), obtidos por meio do questionário IPAQ. A variável endógena foi o TMC, por meio da pontuação na escala SRQ-20. As variáveis mediadoras incluídas no modelo foram: qualidade do sono, avaliada pelo PSQI, participação em atividades avançadas da vida diária (AAVDs), estado nutricional, avaliado pela MAN, e percepção do estado de saúde. Para verificar as associações diretas e indiretas da AF, CS e TMC foi realizada a análise de caminhos, sendo os parâmetros estimados pelo método da Máxima Verossimilhança. **Resultados:** O modelo apresentou bons índices de qualidade de ajuste: Qui-quadrado = 8,465 ($p=0,293$), GFI=0,992, CFI= 0,992, TLI= 0,976 e RMSEA= 0,027. Tanto a AF, quanto o CS, não apresentaram associação direta com o TMC. A AF apresentou associação indireta com TMC, sendo mediada pelo estado de saúde ($\beta= -0,0306$), AAVD ($\beta= -0,0477$) e estado nutricional ($\beta= -0,0167$). A associação do CS com TMC foi mediada pela qualidade do sono ($\beta= 0,0525$). **Considerações finais:** Esta descoberta reforça a importância de considerar múltiplos fatores ao avaliar a relação entre AF, CS e TMC em idosos. Além disso, destacamos a necessidade de intervenções multifacetadas que visam não apenas aumentar a AF e reduzir o CS, mas também melhorar a qualidade do sono, o estado de saúde, a capacidade de realizar AAVD e o estado nutricional.

Palavras-chave: Idoso; Transtorno Mental comum; Atividade física.

ATIVIDADES EXTENSIONISTAS COM IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS: RELATO DE EXPERIÊNCIA DE DOCENTES E DISCENTES DE ENFERMAGEM

Kellen Rosa Coelho¹,
Cláudia Martins da Costa¹,
Gilson de Vasconcelos Torres²,
Eulália Maria Chaves Maia².

¹Universidade Federal de São João del Rei, Minas Gerais, Brasil;

² Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN

Introdução: O cuidado a idosos residentes em Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPIs) é um desafio. O perfil do idoso institucionalizado caracteriza-se por ausência de familiares, aumento do sedentarismo, perda da autonomia e da autoestima, além de predomínio de doenças crônicas. Estes aspectos podem impactar na qualidade de vida dos idosos institucionalizados. **Objetivo:** Relatar a experiência vivenciada por docentes e discentes de Enfermagem durante atividades extensionistas com idosos residentes em uma ILPI. **Métodos:** Trata-se de um relato de experiência sobre atividades de um projeto de extensão, que teve como ênfase a promoção da qualidade de vida de idosos residentes em uma ILPI filantrópica de Divinópolis/Minas Gerais. O projeto é vinculado ao curso de Enfermagem da Universidade Federal de São João del Rei e foi desenvolvido por docentes e discentes do curso supracitado, entre abril e dezembro de 2023, por meio de oficinas terapêuticas com abordagem lúdica e de lazer. **Resultados:** Foi realizado o acolhimento com os 53 idosos da ILPI, estabelecendo, por meio da atenção humanizada, o vínculo e a responsabilidade compartilhada para a realização das atividades. As oficinas com os idosos tiveram o intuito de estimulação cognitiva e motora, raciocínio lógico, memória, educação em saúde, lazer e interação social. Os temas foram: higiene pessoal e autocuidado, alimentação, autoestima, atividade física, saúde bucal e memórias afetivas. As estratégias foram: atividade com massa modeladora; desenhos, pintura em papel e em tecido; confecção de porta-retratos; fotografia; educação bucal; atividades cooperativas de rodas e com dança; bingo; oficina de beleza; jardinagem e confecção de árvore de natal. **Considerações finais:** O projeto oportunizou o atendimento de uma necessidade local e contribuiu para a qualidade de vida dos idosos institucionalizados, trazendo um impacto positivo e uma transformação social para esta população.

Palavras-chave: Instituição de longa permanência para idosos; Qualidade de vida; Enfermagem.

ATIVIDOSO: PROMOÇÃO DE UM ENVELHECIMENTO ATIVO E SAUDÁVEL – UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Cristiano Dos Santos Gomes,

Letícia Alves Silva Lima,

Alinny Freire Rezende,

Juliana Marta Marques Dos Santos,

Lohanne Barbosa Modesto Dourado, Francis

Trombini De Souza.

Universidade De Pernambuco - UFPE

Introdução: O envelhecimento ativo e saudável é um conceito que ganha cada vez mais importância na sociedade contemporânea, buscando promover qualidade de vida e bem-estar para as pessoas idosas. **Objetivo:** Descrever as atividades e experiências positivas desenvolvidas em um projeto de extensão universitária. **Metodologia:** O projeto denominado Atividoso é sediado na Universidade de Pernambuco-UPE, campus Petrolina-PE, ocorre semanalmente todas às sextas-feiras, no turno da manhã, na quadra poliesportiva do campus. Este compõe uma estratégia integradora com iniciativa de promoção à saúde física e mental de pessoas idosas. Semanalmente discentes extensionistas planejam e executam, rotinas de exercícios que contemplam dupla tarefa, fortalecimento muscular, treino aeróbico, alongamento, aquecimento e desaquecimento, todos adaptados às necessidades e limitações individuais dos participantes. As atividades são conduzidas por estudantes do curso de fisioterapia, do 4º ao 8º período, supervisionados por alunos de pós-graduação e docentes coordenadores do projeto. **Resultados:** O projeto conta com a participação média de cerca de 20-30 idosos s manalmente, com idade a partir de 60 anos sendo em sua maioria do sexo feminino. Observamos por meio de auto relato dos participantes a eficácia da ação na promoção da saúde e bem-estar. Tais relatos indicam maior sociabilidade e melhora da autoestima. Por parte dos estudantes são frequentes os relatos de contato precoce com a comunidade e um campo de prática da fisioterapia. **Considerações finais (ou Impacto social):** A participação ativa dos alunos, contribui para integração entre universidade e comunidade, fomentando a consciência da importância dos exercícios físicos para uma melhor qualidade de vida durante as fases do envelhecimento visto que as atividades adaptadas às necessidades e funcionalidade dos idosos, estimula-se uma série de benefícios fornecidos por esse projeto de extensão.

Palavras-chave: Envelhecimento ativo; Integração Social; Promoção da saúde.

AVALIANDO O IMPACTO DE UM PROJETO ACADÊMICO NO CENÁRIO DA LONGEVIDADE E DO ENVELHECIMENTO HUMANO

Angelo Maximo Soares de Araujo Filho,
Leila Medeiros de Azevedo,
Ítalo Henrique Martins Correa,
João Carlos Romano Rodrigheiro Júnior,
Júlia Danielle de Medeiros Leão,
Vilani Medeiros de Araujo Nunes.

Universidade Federal do Rio Grande do Norte – UFRN

Introdução: O aumento da expectativa de vida da população brasileira destaca a importância da compreensão dos efeitos do envelhecimento. Desse modo, a formação acadêmica, especialmente na área da saúde, deve abranger a gerontologia e as especificidades das pessoas idosas. Nesse sentido, as atividades do Observatório da Longevidade e do Envelhecimento Humano do grupo Longeviver representam uma importante fonte de disseminação de conhecimento sobre o tema e na orientação de alunos sobre as necessidades biopsicossociais da população idosa. **Objetivo:** Relatar experiência vivenciada por graduandos sobre as contribuições da gerontologia como área importante do conhecimento em projetos de pesquisa e extensão na formação acadêmica e suas contribuições nesse cenário. **Metodologia:** Trata-se de um estudo descritivo e qualitativo, do tipo relato de experiência, no qual cinco graduandos e membros do grupo Longeviver avaliaram suas atividades na formação acadêmica e seus reflexos na comunidade. O projeto é estruturado em reuniões semanais, nas quais ocorrem capacitações em pesquisa científica e organização de atividades de extensão, como cursos de capacitação direcionados às Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPIs) em Natal/RN. **Resultados:** A participação neste projeto forma alunos mais críticos sobre as necessidades da população idosa, tornando-os protagonistas de seu processo de aprendizagem. Ademais, as atividades de capacitação e de extensão têm papel fundamental na devolução de conhecimentos embasados cientificamente à comunidade, tornando-a mais informada e inclusiva. **Considerações finais:** O grupo Longeviver desempenha um importante papel na formação dos graduandos da área da saúde, com foco na disseminação do conhecimento sobre o envelhecimento humano. Os participantes desse projeto adquirem habilidades essenciais para lidar com a crescente população idosa, tornando-se futuros profissionais mais empáticos e preparados para o novo cenário da longevidade humana.

Palavras-chave: Envelhecimento; Longevidade; Educação em saúde.

AVALIAÇÃO DO EFEITO DE EXERCÍCIOS COM DUPLA TAREFA NA COGNIÇÃO E FUNCIONALIDADE DE UMA IDOSA: RELATO DE CASO

Vinicius Gomes de Freitas¹,
Camila Cristina Fonseca Bicalho²,
Camila Fernanda Costa e Cunha Moraes Brandão²,
José Vitor Vieira Salgado²,
Bruno Costa Teixeira²,
Renato Sobral Monteiro Junior¹

¹ Universidade Estadual de Montes Claros, Minas Gerais

² Universidade do Estado de Minas Gerais, Minas Gerais

APQ-03013-22 FAPEMIG

Introdução: O estilo de vida parece contribuir de maneira a proteger o cérebro do declínio cognitivo comum do envelhecimento. Assim, os programas de exercício físico com dupla tarefa (EFcDT) surgem como uma alternativa no sentido de desacelerar os impactos do envelhecimento, prevenindo declínios cognitivos associados a perda de autonomia funcional.

Objetivo: Verificar o efeito de um programa de treinamento físico com dupla tarefa nos aspectos físicos e cognitivos de uma idosa. **Metodologia:** Estudo de caso, longitudinal, aprovado pelo CEP (70932523.0.0000.5146). Participou 1 idosa, 60 anos, sedentária, com comprometimento cognitivo leve. Instrumentos: Eletroencefalografia (EEG), Senior Fitness test (SFT), Montreal Cognitive Assessment (MoCA) e Digit Span Test (DSpT). O programa de exercício físico foi composto de 24 sessões (EFcDT) de 40min., 2x/semana, caracterizados por treinamento funcional, com estímulos cognitivos, exemplo: Flexão plantar resolvendo cálculos matemáticos. As avaliações aconteceram nos momentos pré e pós-intervenção. Por se tratar de um estudo de caso, os dados foram apresentados em valores absolutos e seus respectivos percentuais de melhora (PM%). **Resultados:** Ao comparar o desempenho pré e pós-intervenção, foi obtido o seguinte resultado: MoCA (PRÉ: 21 pts; PÓS 23 pts; PM 9%); SFT: Flexão de cotovelo (PRÉ: 15 rep.; PÓS: 18 rep.; PM 20%); Sentar e levantar (PRÉ: 10 rep.; PÓS: 16 rep.; PM 60%); Marcha (PRÉ: 87 ciclos; PÓS: 114 ciclos; PM 31%); Levantar e ir (PRÉ: 06:81 seg.; PÓS: 06:35 seg.; PM 6%), DSpT Foward (PRÉ: 4 pts; PÓS: 10 pts; PM 150%) DSpT Backward (PRÉ: 6 pts; PÓS: 6 pts; PM 0%), EEG Lobo frontal (PRÉ 46.399 μ V²; PÓS: 12.677 μ V². PM 72%). **Conclusão:** Houve uma melhora clínica no desempenho físico e cognitivo, além de uma diminuição da ativação do lobo frontal para realização de uma tarefa cognitiva após o período de intervenção, reforçando assim o papel do programa de exercício físico com dupla tarefa na melhora dos aspectos físicos e cognitivos.

Palavras-chave: Envelhecimento; Exercício físico; Cognição.

AVALIAÇÃO PELO I-PAQ DO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DE PESSOAS IDOSAS RESIDENTES EM INSTITUIÇÕES DE LONGA PERMANÊNCIA

Lívia de Melo Atanásio,
Paulo Moreira Silva Dantas
Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN

Introdução: Pessoas idosas são um perfil populacional que tem aumentado consideravelmente, a constatação não é recente, contudo, há espaços que vêm ocupando para além de suas moradias, as Instituições de Longa Permanência (ILP), ambiente no qual suas atividades cotidianas tendem a se desenvolver em totalidade. Nesse sentido, é relevante identificar o nível de atividade física (AF) desta população, uma vez que a prática de AF é considerável fator para qualidade de vida em saúde. **Objetivo:** Identificar o nível de atividade física por pessoas idosas residentes em Instituições de longa permanência. **Metodologia:** Através da realização de entrevista, fez-se uso do I-PAQ international physical activity questionnaire, versão curta e impressa do Webipaq com 7 perguntas realizadas junto à duas enfermeiras das ILP acerca das AF realizadas no período de uma semana, horas e/ou minutos praticando AF vigorosas, moderadas e caminhadas pelos idosos. ILP A foram 16 (8 mulheres, 8 homens), na ILP B, 15 (6 mulheres, 9 homens), idades entre 61 e 92 anos. **Resultados:** Verificou-se dentre os idosos participantes do estudo, (100%) não se enquadra em AF vigorosas ((levantamento de peso, escavação, aeróbica ou ciclismo rápido) ou moderadas (carregar cargas leves, andar de bicicleta em ritmo regular ou jogar tênis em duplas), mas, realizam caminhada entre (10min até 1:30h). Supondo a realidade da pessoa idosa residente em ILP, parece evidente, um cenário previsível. Entretanto, verifica-se alguns questionamentos: a ausência de práticas de AF é uma realidade nas ILP? Quais razões? O que se vê como possibilidade de transformação? Posto que já está comprovado cientificamente a AF influenciar na QV das mais variadas dimensões da vida. **Considerações finais:** Dada mudanças neurofisiológicas com o envelhecimento, há diminuição do envolvimento com algumas atividades e/ou seu desempenho de forma mais lenta. Embora pessoas idosas possam apresentar condições reduzidas na sua mobilidade, não implica incapacidade, pois, sob diferentes estímulos, é plausível reintroduzir o mover seguro no panorama da experiência com o envelhecer e no cotidiano das ILP.

Palavras-chave: Atividades físicas; Envelhecer; Instituições de longa permanência.

BENEFÍCIOS DA HIDROGINÁSTICA NA SAÚDE: PERCEPÇÃO DE IDOSAS PRATICANTES.

Regina Brená de Lima Costa¹,
Vitória Assumpção Oliveira da Silva¹,
Layla Maciel dos Santos^{1, 2},
Cíntia Ehlers Botton^{1, 2}.

¹Instituto de Educação Física e Esportes/Universidade Federal do Ceará,

²Programa de Pós-Graduação em Fisioterapia e Funcionalidade/Universidade Federal do Ceará.

Introdução: Diretrizes brasileiras recomendam para público idoso prática mínima de 150 min de atividade física moderada ou 75 min de atividade física vigorosa semanais, além de exercícios de força e equilíbrio, 2-3 vezes por semana. A hidroginástica destaca-se como uma prática que pode contemplar em uma mesma sessão exercícios aeróbicos, de fortalecimento muscular e equilíbrio. Embora na literatura sejam comprovados os benefícios da atividade física, é alta a taxa de inatividade física em idosos. **Objetivo:** Analisar a percepção de idosas praticantes de hidroginástica sobre os benefícios da prática dessa modalidade na sua saúde.

Metodologia: Estudo observacional transversal, do tipo descritivo quantitativo-qualitativo. Amostra formada por mulheres com idade ≥ 60 anos, praticantes de hidroginástica há pelo menos três meses, da Rede Cuca e da Academia Espaço Harmônico, em Fortaleza/CE. Foram aplicados questionários e entrevista semiestruturada. **Resultados:** 25 mulheres com idade média de $70,6 \pm 7,2$, de maioria parda (72%), ensino médio completo (36%) e renda mensal até 2 salários mínimos (32%). As idosas praticam hidroginástica 2 a 3 vezes por semana, e a maior parte já possui mais de 2 anos de prática (64%). Um total de 88% das idosas relataram ter duas ou mais doenças, destacam-se hipertensão arterial (68%) e artrite reumatoide (48%). Sobre autopercepção de saúde, antes de realizar hidroginástica, a maioria das participantes classificaram sua saúde como regular. Após engajamento no programa de hidroginástica elas avaliaram como boa (52%) e muito boa (44%). Todas afirmaram perceber melhora nas atividades diárias, assim como, sociabilização (48%). **Considerações finais:** Idosas entrevistadas demonstraram que conseguem perceber os benefícios da hidroginástica para a saúde, melhora durante realização das atividades diárias e também sociabilização.

Palavras-chave: Hidroginástica; Idosas; Saúde.

CAPACIDADE FUNCIONAL, SINTOMAS DEPRESSIVOS E QUALIDADE DE VIDA: UM ESTUDO COM IDOSOS LONGEVOS NA ZONA RURAL DE MANAUS – AM

Deborah Natiely Travassos Marques¹

Letícia Karen Lima Gomes de Sousa²,

Inês Amanda Streit³.

Universidade Federal do Amazonas (UFAM)

Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado do Amazonas - FAPEAM

Introdução: O envelhecimento populacional é uma realidade crescente em nível mundial. Essa dinâmica demográfica mostra o crescimento exponencial do número de idosos, especialmente os que têm 80 anos ou mais. Esse cenário inspira atenção e cuidado em todos os contextos e arranjos de vida. **Objetivo:** Verificar se existe associação entre a capacidade funcional, sintomas depressivos e qualidade de vida de idosos longevos da zona rural de Manaus, AM.

Método: O estudo é descritivo, observacional e de associação. O Protocolo de Avaliação Multidimensional do Idoso Longevo foi aplicado para obter dados sobre a Capacidade Funcional e Sintomas Depressivos. Utilizou-se regressão linear simples para análise dos dados e nível de significância de 5% ($p<0,05$). **Resultados:** Participaram do estudo 91 longevos com média de idade de 85,6 anos ($\pm 4,8$). A maioria era do sexo masculino (53,8%) e em relação à cor, 71,4% eram pardos, 11% indígenas, 1% brancos e 6,6% pretos. Quanto ao estado civil, 44% eram viúvos, 43% casados e 13% solteiros ou divorciados. A média da renda familiar era de R\$2.779,00. Em relação às atividades básicas da vida diária (ABVD) e atividades instrumentais da vida diária (AIVD), as mulheres apresentaram maiores índices de dependência quando comparadas aos homens. Em relação aos sintomas depressivos, 64 longevos não pontuaram para sintomas depressivos, 23 apresentaram depressão leve e apenas 4 apresentaram sintomas de depressão mais severa. A associação positiva entre AIVD e qualidade de vida mostra que, quanto maior a dificuldade na realização de AIVD, menor a qualidade de vida de idosos longevos. **Conclusão:** Este estudo apresenta peculiaridades, como a prevalência de homens na zona rural. Observamos que as mulheres apresentam maior dependência para ABVD e AIVD em relação aos homens. Dados importantes como associação positiva entre AIVD e qualidade de vida servem como subsídios para sugestão de políticas públicas como a oferta de atividade física para esta população.

Palavras-chave: Longevidade; Depressão geriátrica; Envelhecimento.

COMPORTAMENTOS E FATORES ASSOCIADOS À SAÚDE CARDIOVASCULAR DE IDOSOS HIPERTENSOS

Layane Priscila Costa da Silva,
Andreia Ravinia do Nascimento Oliveira,
Brenda Faustino de Medeiros,
Deigson Roney da Silva Melo,
Maria Eduarda Medeiros

Andrade, Íllia Nadinne Dantas Florentino Lima.
Universidade Federal do Rio Grande do Norte – UFRN

Introdução: A saúde cardiovascular ideal é definida, segundo a Associação Americana do Coração (American Heart Association - AHA), em sua última atualização, como um conjunto de atitudes comportamentais que contribuem para o bom funcionamento do sistema cardiovascular, tais como: comer de forma saudável, ser mais ativo praticando exercício físico regular, não fumar, ter um sono com melhor qualidade, controlar o peso, controlar o colesterol, gerenciar a glicemia e manejar a pressão arterial. **Objetivo:** Avaliar os comportamentos e fatores de saúde baseados nos 8 itens essenciais de saúde cardiovascular em idosos hipertensos.

Metodologia: Trata-se de um estudo transversal, aprovado pelo CEP (n:3.204.568), onde incluiu 61 idosos com diagnóstico de Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS). Foi utilizado um questionário de avaliação adaptado pelos autores, contendo oito perguntas relacionadas aos itens de saúde cardiovascular ideal preconizados pela AHA. Os dados foram analisados através de estatística descritiva, frequências absoluta e relativa, média e desvio-padrão. **Resultados:** A amostra foi composta por 61 indivíduos, sendo 27,9% homens e 72,1% mulheres, com idade média de $72,36 \pm 9,04$ anos. Em relação aos hábitos de vida, 45,9% praticavam atividade física regular, 16,4% eram etilistas e 1,6% tabagistas. Em relação aos comportamentos, 82% dos idosos referiram comer bem ou de forma saudável, 44,3% descreveram ser ativos, 96,7% mencionaram não fumar, 70,5% descreveram ter um sono satisfatório, 72,1% referiram controlar o peso, 73,8% controlam o colesterol, 75,4% gerenciam a glicemia e 75,4% controlam a pressão arterial. **Considerações finais:** O estudo apontou que, na amostra, não fumar é o comportamento mais frequente, seguido de gerenciar a glicemia e controlar a pressão arterial. Estes resultados mostram a primordial importância do conhecimento das condições de saúde por parte dos idosos e do autogerenciamento das condições crônicas, como as doenças cardiovasculares.

Palavras-chave: Envelhecimento Saudável; Sistema Cardiovascular; Saúde do idoso.

CONSUMO DE TABACO E ÁLCOOL EM MULHERES IDOSA ACOMETIDAS COM CÂNCER DE MAMA NO BRASIL

José Levi Araújo Dutra,
Ephraim Phlorencio da Costa Junior,
Amarildo Gomes
Cavalcante Júnior,
Paulo Vitor de Souza Silva¹,
Letícia Gabriella Souza da Silva,
Dyego Leandro Bezerra de Souza.
Universidade Federal do Rio Grande do Norte¹ - UFRN

Introdução: O câncer, sobretudo o de mama, configura uma das principais causas de morte no mundo, representando um importante desafio para os sistemas de saúde pública. Diversos fatores contribuem para o aumento da incidência, tais como o próprio envelhecimento, juntamente com influências ambientais e hábitos de vida, incluindo o consumo de álcool e tabaco. **Objetivo:** Descrever o consumo de tabaco e álcool em mulheres idosas diagnosticadas com câncer de mama nos anos de 2018 e 2019 no Brasil. **Metodologia:** Foram obtidos dados do Sistema dos Registros Hospitalares de Câncer (RHC) para uma análise descritiva. As informações foram organizadas com o Microsoft Excel 2021 e filtrados pelo CID 50, sexo feminino e idade maior ou igual a 60 anos. Foram analisadas as variáveis referentes ao histórico de consumo de tabaco e álcool. Além disso, foram excluídos da análise casos cujos dados estavam incompletos ou ausentes. **Resultados:** Em 2018, foram registrados 13.382 casos de câncer de mama em idosos, dos quais 6.708 (50,12%) apresentavam dados válidos quanto ao consumo de álcool e 7.187 (53,70%) quanto ao consumo de tabaco. Dos casos válidos, em relação ao consumo de álcool: 75,44% nunca consumiu, 10,37% consomem, 7,37% ex consumidores. Tabaco: 63,32% nunca consumiu, 10,97% consomem, 21,14% ex-consumidores. No ano de 2019, foram registrados 13.973 casos, dos quais 6.898 (49,36%) apresentavam dados válidos quanto ao consumo de álcool e 7.440 (53,23%) quanto ao consumo de tabaco. Dos casos válidos, em relação ao consumo de álcool: 75,60% nunca consumiu, 7,90% consomem, 7,90% ex-consumidores. Tabaco: 64,61% nunca consumiu, 9,79% consomem, 21,72% ex-consumidores. **Considerações finais:** Tendo em vista a dimensão da amostra analisada, foi possível verificar que há uma parcela significativa de mulheres com idade igual ou maior a 60 anos diagnosticadas com câncer de mama que consomem ou já consumiram álcool ou tabaco ao longo da vida nos anos avaliados.

Palavras-chave: Câncer de mama; Etilismo; Tabagismo

CONTROLE POSTURAL E DESEMPENHO NAS ATIVIDADES COTIDIANAS EM PESSOAS IDOSAS COM DISFUNÇÃO VESTIBULAR

Maria Clara Peixoto Marinheiro,
Ana Clara Teixeira Fernandes,
Luana Dantas da Silva,
Adriana Guedes Carlos,
Juliana Maria Gazzola,
Vanessa Regiane Resqueti.

Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN

Introdução: As disfunções vestibulares são frequentes na população idosa e os sintomas otoneurológicos associados podem levar a alterações no controle postural e desempenho das atividades de vida diária (AVD). **Objetivo:** Avaliar a relação entre o controle postural e o comprometimento da AVD de pessoas idosas com disfunção vestibular. **Metodologia:** Trata-se de um estudo transversal e analítico com 35 pessoas idosas dos sexos feminino e masculino, sendo 28 mulheres e sete homens, com média etária de 68,4 ($\pm 5,7$) anos. A avaliação do controle postural foi realizada pelo Mini-BESTest (pontuação total - %) e seus domínios (Antecipatórios (%), Respostas Posturais (%), Orientação Sensorial (%) e Marcha (%)). A avaliação da AVD foi feita pela Vestibular Disorders Activities of Daily Living Scale (VADL), calculadas pelas medianas da pontuação total e subescalas funcionais, de locomoção e instrumentais. Todas as análises foram realizadas pelo software SPSS 20.0. Foi utilizado testes não paramétricos (correlações de Spearman) entre Mini-BESTest e VADL e considerado um nível de significância de 5%. **Resultados:** A disfunção mais comum foi a VPPB (42,9%) e 77,1% da amostra teve uma afecção vestibular associada. Foram encontradas relações significativas de fracas a moderadas entre o Mini-BESTest total e todos os seus domínios, respectivamente, com VADL total ($p < 0,05$; $\rho = -.579$, $p = -.397$, $\rho = -.384$, $p = -.431$, $\rho = -.518$) e moderada a forte com VADL (Locomoção) ($p < 0,05$; $\rho = -.696$, $p = -.731$, $\rho = -.499$, $p = -.420$, $\rho = -.514$); e relações de fracas a moderadas entre MiniBESTest (Total, Orientação Sensorial e Marcha) e VADL (Funcionais) ($p < 0,05$, $\rho = -.518$, $p = -.388$, $\rho = -.534$). A VADL (Instrumentais) relacionou-se fracamente apenas com o domínio MiniBESTest (Marcha) ($p < 0,05$, $\rho = -.36$). **Considerações finais:** Pode-se concluir que pessoas idosas com disfunção vestibular que apresentam pontuações menores no MiniBESTest, possuem um pior desempenho nas AVD especialmente em atividades funcionais e de locomoção.

Palavras-chave: Doenças vestibulares; Atividades de vida diária; Controle postural.

CORRELAÇÃO ENTRE ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE MENTAL DE IDOSOS

José Lucas Costa Moreira,
Fst. Me. Whitney Houston Barbosa dos Santos Silva,
Profa. Dra. Patrícia Angélica de Miranda Silva Nogueira.
Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN

Introdução: O envelhecimento da população brasileira tem crescido substancialmente, trazendo consigo aumento de doenças crônicas e sedentarismo. A saúde mental dos idosos é crucial para longevidade, funcionalidade e bem-estar, sendo o nível de cognição melhorado com a prática de atividades físicas, para avaliar, de forma subjetiva, o nível de atividade física surge o International Physical Activity Questionnaire (IPAQ), que apresenta boa reproduzibilidade e baixo custo, e para avaliação da cognição em idosos, a prova cognitiva de Leganés (PCL), confiável para idosos com baixa escolaridade. Destarte, pela escassez de estudos na literatura sobre o tema, são necessárias pesquisas que avaliem o nível de atividade física e o estado de saúde mental de idosos, proporcionando a aferição de alguma relação entre essas variáveis. **Objetivo:** O objetivo do presente estudo é avaliar a correlação entre nível de atividade física e desempenho cognitivo em idosos comunitários. **Metodologia:** Estudo observacional, analítico, transversal, incluindo 155 pacientes, ambos os sexos, com idades entre 60 e 88 anos. Ferramentas de coleta: ficha de avaliação clínica, PCL para avaliação do estado mental, IPAQ para avaliação do nível de atividade física. A análise estatística envolveu testes Anova One-way, Mann-Whitney e Correlação de Spearman ($p<0,05$), com o software SPSS® versão 22.0. **Resultados:** Na comparação da PCL e do IPAQ não houve diferença estatisticamente significativa ($p=0,30$). A correlação entre PCL e IPAQ ($r=0,057$) é muito fraca e não significativa ($p=0,48$). Houve diferenças significativas entre escolaridade e a PCL ($p=0,0001$), e entre PCL e idade ($p=0,001$). **Considerações finais:** Não foi encontrada correlação entre o nível de atividade física e desempenho cognitivo nesses pacientes, ou seja, a saúde mental dos idosos não interferiu na quantidade de atividade física praticada. Ademais, o estudo apresentou relação significativa entre escolaridade, idade e a PCL.

Palavras-chave: Idosos; Atividade Física; Cognição.

CUIDANDO DO SONO: UMA PERSPECTIVA DE IDOSOS E CUIDADORES - UM RELATO DE EXPERIÊNCIA EM AÇÃO NO ABRIGO PEDRO GURGEL, CAICÓ-RN.

Sebastião Pacheco Duque Neto,

José Luan Silva dos Reis,

Giselly de Souza Bueno,

Joelia Angelica de Medeiros Nogueira,

Ana Letícia Ramalho de Andrade,

Thiago Henrique Duarte Moreira.

Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN

Introdução: A qualidade do sono é essencial para o bem-estar dos idosos em instituições, impactando tanto sua saúde física quanto mental. Para esses indivíduos, muitas vezes enfrentando mudanças significativas em seu ambiente e rotina, garantir uma boa noite de sono torna-se ainda mais crucial. Estratégias para melhorar o sono não só beneficiam os idosos individualmente, mas também contribuem para um ambiente mais acolhedor e saudável na instituição. Cuidadores são profissionais que desempenham um papel crucial na identificação e manejo de problemas relacionados ao sono, promovendo assim uma melhor qualidade de vida para os idosos institucionalizados. Reconhecer a importância dos cuidadores nesse contexto é fundamental para garantir o cuidado integral dos idosos. **Objetivos:** Relatar a experiência de estudantes de medicina na promoção da saúde do sono na velhice, através de uma ação educativa com institucionalizados e seus cuidadores. e cuidadores do abrigo Pedro Gurgel em Caicó-RN. **Metodologia:** Liderada pela Liga Acadêmica Potiguar Interdisciplinar de Saúde dos Idosos, foi desenvolvida uma estratégia de educação em saúde do sono aos residentes do abrigo Pedro Gurgel, na cidade de Caicó-RN. Durante a visita ao abrigo, os ligantes, compostos por estudantes universitários da área da saúde, se envolveram em conversas com os idosos e cuidadores durante o turno vespertino. Durante as interações, os ligantes buscaram compreender as necessidades específicas dos idosos e cuidadores em relação ao sono, oferecendo orientações e sugestões personalizadas para melhorar a qualidade do sono e promover um estilo de vida saudável. Também foi abordado questões relacionadas a distúrbios do sono comuns na terceira idade, como insônia e apneia do sono, fornecendo informações sobre sinais de alerta. Ao final da visita, os ligantes coletaram feedback dos participantes sobre a experiência, permitindo uma avaliação contínua e aprimoramento das atividades futuras. Esse processo de feedback foi fundamental para identificar pontos fortes, áreas de melhoria e oportunidades para expandir e aprofundar o impacto das iniciativas extensoras. **Resultados:** Após a realização da ação para educação em saúde do sono, diversos resultados importantes foram observados. Primeiramente, a abordagem adotada permitiu que os ligantes interagissem de forma natural e informal, promovendo um ambiente de confiança e facilitando a comunicação. Sendo assim, uma idosa compartilhou sua dificuldade em dormir devido às dores crônicas que enfrenta. No entanto, uma cuidadora relatou que, de modo geral, os idosos têm uma boa qualidade de sono, são ativos durante o dia, não reclamam de insônia e têm uma rotina estabelecida de alimentação e atividades diárias, o que contribui para o controle da ansiedade e regulação do sono. Apesar da presença de demência em muitos dos residentes, a interação com os estudantes foi bem recebida, destacando a importância do contato humano e da atenção recebida. A ação não apenas beneficiou o abrigo, mas também permitiu uma maior compreensão e envolvimento da Liga e dos ligantes com a realidade dos idosos, o que possibilitará futuras intervenções. A diversidade de hábitos de sono entre os residentes foi reconhecida, com alguns preferindo cochilar após o almoço e outros mantendo uma rotina mais regular de sono. O uso de medicamentos para auxiliar no sono foi observado, embora nem todos

tenham conhecimento sobre os nomes dos medicamentos utilizados. Esses resultados destacam a importância de abordagens individualizadas na promoção da saúde do sono e reforçam a necessidade de intervenções contínuas e adaptáveis para atender às necessidades específicas dos idosos em abrigos. **Considerações finais (ou Impacto social):** Com base nos dados coletados, é crucial reconhecer a diversidade de hábitos de sono entre os sujeitos como foi observado no abrigo Pedro Gurgel. Enquanto alguns mantêm uma rotina regular e desfrutam de um sono de qualidade, outros enfrentam dificuldades devido a condições de saúde subjacentes. A interação positiva entre os estudantes e os residentes destaca a importância do contato humano na promoção do bem-estar emocional e social. A observação do uso de medicamentos ressalta a necessidade de uma abordagem holística na gestão do sono. Essa experiência não só beneficiou os residentes, mas também proporcionou uma compreensão mais profunda da Liga e dos ligantes, preparando-os para futuras intervenções. Ainda, o papel dos cuidadores se mostra fundamental para a promoção da saúde da população de idosos.

Palavras-chave: Qualidade do sono; Interação humana; Abordagem holística.

DESENVOLVIMENTO COGNITIVO DA PESSOA IDOSA POR MEIO DE UM CURSO DE PENSAMENTO COMPUTACIONAL

Bianca Maciel Medeiros,
Francisco Carlos de Nascimento e Lima,
Rayana Mayra Mendes Cardoso,
Sarah Carla Gomes de Campos,
Vinícius Eudes Galdino, Fernandes,
Isabel Dillmann Nunes.

Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN

Introdução: A pessoa idosa deve se exercitar fisicamente e mentalmente para que o declínio cognitivo não seja significante, evitando o distanciamento e a exclusão de atividades diárias. O Pensamento Computacional, por meio de atividades de desenvolvimento de seus pilares (abstração, decomposição, reconhecimento de padrões e algoritmos) permite que habilidades cognitivas sejam exercidas diminuindo o declínio das funções executivas e melhorando a atuação em atividades costumeiras. **Objetivo:** O objetivo deste trabalho é realizar cursos de Pensamento Computacional com pessoas idosas. Para tanto é necessário o estudo de atividades de Pensamento Computacional desplugadas, baseadas, por exemplo, no Desafio Bebras como também o uso de ferramentas digitais para a criação de algoritmos. **Metodologia:** Realizar cursos de Pensamento Computacional, com uma turma de até 14 idosos, desenvolvendo atividades desplugadas como também de criação de algoritmos. O curso é ministrado por dois professores e até 7 monitores (1 monitor para cada 2 alunos idosos), permitindo um acompanhamento quase individualizado. **Resultados:** A partir de estudos realizados tanto com atividades desplugadas quanto plugadas, o Pensamento Computacional traz não somente de uso de tecnologias, mas principalmente na resolução de problemas, memória e raciocínio lógico. **Considerações finais (ou Impacto social):** O impacto real de cursos de Pensamento Computacional pode ser observado com depoimentos de alunos que melhoraram suas funções cognitivas impactando, por exemplo, na fala que foi afetada após um AVC. Assim, o exercitar com Pensamento Computacional é um aliado à área de Psicologia que traz a necessidade do desenvolvimento de habilidades cognitivas durante a vida, diminuindo o declínio e permitindo às pessoas uma vida mais saudável e constante durante a velhice.

Palavras-chave: Pensamento computacional; Desenvolvimento Cognitivo; Tecnologias Digitais.

DIA DO CUIDADOR DA PESSOA IDOSA: RODA DE CONVERSA SOBRE O PROCESSO DE CUIDAR, UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Valciclenio Valério Pereira da Costa Macêdo,

Silvia Barreto de Almeida Rocha,

Luis Andres Carrasco Garate,

Rafael Palmeira Araújo Medeiros Nóbrega,

Manuel do O de Souto Neto,

Francisco Belísio de Medeiros Neto.

Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN

Introdução: O processo demográfico mundial vem passando por transformações, resultando em mais populações idosas em todo mundo. Há uma estimativa que em 2050 essa população ultrapasse os 2 bilhões de indivíduos. No Brasil, os idosos representam mais de 14%. Com o avançar da idade, surgem alterações que podem ser decorrentes do processo natural de envelhecimento ou doenças, em muitos casos havendo a necessidade de um terceiro para auxiliar no processo de cuidado, dessa forma, surge o papel do cuidador. **Objetivo:** Auxiliar os cuidadores de idosos e sanar as possíveis dúvidas que surjam durante o processo de cuidado.

Metodologia: O projeto ocorre na Escola Multicampi de Ciências Médicas da UFRN/CAICÓ, vinculado ao ambulatório de geriatria. Ele é realizado uma vez por mês, onde os cuidadores recebem um convite para participar das reuniões, o contato é feito por meio de telefone. No encontro, eles são alocados em grupos onde com a ajuda do médico geriatra, residentes de clínica médica e dos estudantes de medicina, há uma roda de conversas onde são abordados temas e tirado dúvidas, trazidos pelos próprios cuidadores ou um tema geral voltado para a geriatria. Conseguinte, há uma conversa com todos, onde o médico geriatra faz as considerações finais sobre os temas. Ademais, durante as consultas, podemos também observar como anda o nível de estresse dos cuidadores e se é necessária alguma outra intervenção. **Considerações finais:** A tarefa de cuidar de outro indivíduo é algo bastante complicado e que em muitos casos pode gerar muito estresse, o que foi notado durante as consultas, porém, foi observado que muitos tinham dúvidas que eram comuns, logo, esse projeto foi pensado justamente para tentar sanar esse déficit. Com o passar do tempo, podemos observar a satisfação dos participantes através de relatos pessoais e agradecimento, nos fazendo entender ainda mais o papel central do projeto na tentativa de ajudar e apoiar essas pessoas que têm suas vidas voltadas para o cuidado.

Palavras-chave: Idoso; Carga de cuidar; Desgaste do cuidador.

DÉCADA DO ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL EM INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA PARA IDOSOS: AÇÃO DA ESCOLA MULTICAMPI DE CIÊNCIAS MÉDICAS

Giselly De Souza Bueno¹,
Cintia Gomes Cavalcante De Oliveira¹,
Heverly Dayane Da Silva Santos¹,
Helmut Kennedy Azevedo Do Patrocínio¹,
Lucca Fernandes De Araújo Dantas¹,
Túlia Fernanda Meira Garcia².

¹Discente da Escola Multicampi de Ciências Médicas

²Fonoaudióloga, Professora pesquisadora, Mestre em Educação, Doutorado em Gerontologia
Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN

Introdução: O investimento na educação das profissões da saúde e no cuidado alinhados aos Objetivos do Desenvolvimento Sustentável (ODS) e da Década do Envelhecimento Saudável (DES) promove o envelhecimento saudável, o combate ao ageísmo e torna urgente ações extensionistas para o bem-estar dos idosos. **Objetivo:** Desenvolver ações de educação em saúde em instituições de longa permanência para idosos (ILPI), baseadas na DES para romper com o etarismo – na universidade, nas ILPIs e na comunidade -, estimular o protagonismo do idoso e qualificar a atenção à saúde. **Metodologia:** Projeto de extensão da EMCN, desenvolvido em 2023, em Caicó e Currais Novos, RN. Participaram 10 alunos de medicina, 05 residentes de atenção básica, 06 professores, 12 profissionais e 40 idosos residentes em ILPI. Metodologias ativas em saúde, Educação médica baseada na comunidade e Fundamentos em Gerontologia nortearam o projeto em 02 frentes: Área I - mudar a forma como pensamos, sentimos e agimos em relação à idade e ao envelhecimento; e, Área III - entregar serviços de cuidados integrados e centrados na pessoa idosa. As ações I aconteceram na EMCN e as da Área III nas ILPIs, através de palestras, rodas de conversa, caminhada, fórum, webconferências e atividades com idosos. **Resultados:** Realizados dez encontros que qualificaram o cuidado, asseguraram participação ativa, aprendizagem significativa e combate ao etarismo na EMCN, ILPIs e comunidade. Desenvolvimento de competências em educação em saúde e uso de metodologias ativas apoiadas na DES, engajamento de ligas acadêmicas, oficina com cuidadores, articulação intersetorial com a Frente Nacional das Instituições de Longa Permanência e ações interprofissionais também são resultados encontrados. **Considerações finais:** Os impactos ultrapassam os limites da universidade e da ILPI, influenciando positivamente a comunidade para o envelhecimento saudável, evidências científicas na gerontologia e redução do ageísmo.

Palavras-chave: Envelhecimento Saudável; Ageísmo; Educação em Saúde.

EDUCAÇÃO EM SAÚDE PARA PREVENÇÃO DE QUEDAS E INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA PARA PESSOAS IDOSAS: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Clemer Mateus Gomes Teixeira,
Angela Thayssa Durans Amaral,
Rita de Cássia Azevedo Constantino,
Josiane Pereira dos Santos,
Luiza Lisboa Krause de Araujo e Lima,
Vilani Medeiros de Araujo Nunes.

Universidade Federal do Rio Grande do Norte – UFRN

Introdução: O envelhecimento populacional representa um dos grandes desafios deste século. Para os serviços de saúde, as demandas são crescentes e complexas, o que exige dos profissionais uma atuação interdisciplinar e conhecimentos específicos em gerontologia. O elevado índice de quedas e prevalência de doenças crônicas entre pessoas idosas têm gerado grande preocupação nas Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPIs), tornando-se necessária a promoção de ações educativas aos profissionais responsáveis pela assistência a essa população. **Objetivo:** relatar a experiência de uma ação de extensão sobre prevenção de quedas em ILPIs. **Metodologia:** Estudo descritivo, tipo relato de experiência, desenvolvido a partir de uma ação de extensão realizada por estudantes de saúde coletiva e enfermagem, vinculados ao grupo de pesquisa Longeviver/CNPq. A atividade foi sediada na ILPI Lar da Vovozinha, Natal, Rio Grande do Norte, em 2023. O público alvo foram os profissionais que atuam na assistência às idosas na instituição. A ação teve como questionamento principal como estabelecer a prevenção de quedas em pessoas idosas residentes nas ILPIs. **Resultados:** Os participantes demonstraram interesse pela temática participandoativamente da ação, compartilhando experiências e retirando dúvidas. Para nós, discentes, representou um grande aprendizado desde a elaboração das atividades de extensão até a sua realização, visto que as ILPIs não são consideradas serviços de saúde e, por vezes, são excluídas de intervenções voltadas à prevenção de quedas. **Considerações finais:** A prevenção de quedas é uma discussão indispensável e que deve ser difundida em todos os ambientes voltados à assistência à saúde da pessoa idosa. Nessa perspectiva a ação de extensão contribuiu para o conhecimento dos participantes referente a uma lacuna importante nas ILPIs, voltada a segurança e o risco de quedas entre a população idosa institucionalizada.

Palavras-chave: Pessoa idosa; Prevenção de quedas; Instituição de longa permanência para idosos.

EFEITOS DA TERAPIA DE REPOSIÇÃO DE ESTROGÊNIO NA REDUÇÃ DO RISCO DE FRATURAS ÓSSEAS EM MULHERES IDOSAS

Clara Uchôa Leite Santana,
Breno Augusto Bormann de Souza Filho,
André Jorge Nogues de Almeida,
Tiago José Nogues de Almeida.
Universidade Federal do Rio Grande do Norte – UFRN

Introdução: A saúde de mulheres idosas apresenta significativos desafios, especialmente no que tange aos riscos de fraturas ósseas. A osteoporose, caracterizada pela diminuição da densidade mineral e fragilidade óssea, representa uma grande preocupação de saúde associada ao envelhecimento. Nesse cenário, a terapia de reposição de estrogênio surge como uma estratégia para reduzir o risco de fraturas ósseas em idosas. **Objetivo:** A revisão busca avaliar os efeitos da terapia de reposição de estrogênio na redução do risco de fraturas ósseas em mulheres idosas. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão de literatura de artigos indexados nas bases de dados PubMed, SciELO, LILACS e MEDLINE. A busca ocorreu por dois revisores independentes entre janeiro de 2023 e fevereiro de 2023, foi utilizada o operador booleano “AND” juntamente com os seguintes descritores em inglês: “Estrogen Replacement Therapy” AND “Fractures, Bone” AND “Aged” AND “Women”. **Resultados:** Um total de 12 estudos publicados entre 2014 e 2024 foram incluídos na presente revisão. Tais estudos indicaram que a terapia hormonal com estrógenos na tendeu a reduzir o risco de fraturas em mulheres na pós-menopausa, porém, também foi observado que os efeitos dessa terapêutica variavam a depender do tipo de fratura, o tipo específico de terapia hormonal, tempo de administração e a dose. Nesse contexto, uma parcela dos artigos apontou que a reposição de estrógenos foi mais eficaz em locais específicos como o fêmur ou coluna vertebral, enquanto outros tipos de terapias apresentavam menos significativos. **Considerações finais:** Com isso, avaliar os diferentes efeitos da terapia hormonal em mulheres idosas é relevante para compreender a necessidade de abordagens individualizadas, analisando os riscos e benefícios para a saúde óssea de cada paciente.

Palavras-chave: Terapia de reposição de estrogênio; Fraturas ósseas; Idosas.

ENVELHECIMENTO ATIVO: ADESÃO À ATIVIDADE FÍSICA ENTRE ATUANTES EM AMBIENTE INFORMATIZADO

Estefany Camila Bomfim dos Santos¹,
Adriano Rodrigues Luz²,
Claudia Aparecida Stefane²

Departamento de Ciência Técnicas em Atividades Físicas e Esportivas,
Universidade d'Evry-Val-d'Essonne - Paris-Saclay, Evry, França¹,
Departamento de Medicina, Universidade Federal de São Carlos, São Paulo, Brasil²

Introdução: Devido ao aumento do envelhecimento populacional, preocupações com o estilo de vida e a prática regular de atividade física (AF) se tornaram ponto crucial de saúde pública, visto que a AF é um fator determinante no processo do envelhecimento saudável, como medida de prevenção e controle de doenças. **Objetivo:** Caracterizar e comparar o nível de AF de indivíduos com idade entre 25 a 75 anos que desempenham atividades em ambiente informatizado. **Metodologia:** Pesquisa transversal com 371 atuantes em ambiente de escritório, que responderam a um questionário on-line, com dados sociodemográficos e prática de AF. Os participantes foram organizados em três categorias etárias: 1- de 25-35 anos, categoria 2 - de 36-45 anos e 3 de 46-75 anos. O nível de AF foi considerado à prática de 150 minutos/semanais, conforme recomendação da OMS (2021). O teste ANOVA não-paramétrico de um fator foi aplicado juntamente com o pós-teste de Durbin-Conover para avaliar a significância do nível de AF em cada faixa etária. **Resultados:** Os participantes era maioria mulher (n=242/65.2%), com média de idade na categoria 1 de 31.7 anos ($DP=\pm 3.04$), 39.8 anos ($DP=\pm 2.85$) na categoria 2 e 52.2 anos ($DP=\pm 5.09$) na 3. Na faixa etária de 25-35 anos, 56 (72.7 %) participantes praticavam até 150 minutos de AF por semana, na categoria 2, 60 (57.7 %) e 31 (46.3 %) na 3. Em contraste, o tempo de adesão semanal de AF superior a 150 minutos ocorreu na faixa etária de 45-75, com 36 (53.7 %) participantes. **Considerações finais:** Participantes das categorias 1 e 2, em sua maioria, eram ativos e cumpriam as recomendações mínimas da OMS. Os resultados relatam que houve um aumento do tempo de adesão à AF em grupos mais velhos. Esses resultados são importantes, pois apontam para uma transformação do perfil etário da população de trabalhadores de escritório, cujo tempo semanal de adesão à prática de AF foi maior em comparação a outras faixas etárias.

Palavras-chave: Atividade Física; Inatividade; Saúde Pública.

ENVELHECIMENTO E IMC DE SERVIDORES EM UMA INSTITUIÇÃO DE NÍVEL SUPERIOR EM SÃO PAULO

Adriano Rodrigues Luz¹,
Estefany Camila Bomfim dos Santos²,
Claudia Aparecida Stefane¹

¹Departamento de Medicina, Universidade Federal de São Carlos.

²Departamento de Ciência Técnicas em Atividades Físicas e Esportivas.
Universidade d'Evry-Val-d'Esonne - Paris-Saclay, Evry, França.

Introdução: Atividade física e dieta equilibrada são fundamentais no controle e na manutenção do índice de massa corporal (IMC) dentro da faixa considerada saudável e também são fundamentais na prevenção de doenças crônicas como obesidade, depressão, diabetes tipo 2, hipertensão arterial sistêmica, aterosclerose e alguns tipos de câncer. Dessa forma, o IMC poderá dar indícios de cuidados necessários para a preservação da capacidade funcional e a autonomia ao longo do envelhecimento. **Objetivo:** Analisar a relação entre o envelhecimento e o Índice de Massa Corpórea (IMC) de servidores públicos em uma instituição de ensino superior no interior de São Paulo. **Metodologia:** Estudo transversal e descritivo com 252 servidores de uma instituição federal de ensino superior (IFES), que assinaram o Termo de Consentimento e responderam questões sociodemográficas e de saúde. Para análise dos dados aplicou-se o teste de regressão linear, considerando $R=0,164$ e valor de $p=0,009$. **Resultados:** Em relação ao perfil dos participantes, a média de idade foi de 40 anos, variando de 25 a 71 anos; 206 (81,8%) se autodeclararam brancos, 167 (66,3%) do sexo feminino, 157 (62,3%) casados e 135 (53,6%) não ter filhos. O resultado da relação entre o envelhecimento e o IMC foi diretamente proporcional, o que aponta que o IMC tende a aumentar em 2,7% a cada ano de vida, nessa população. **Considerações finais:** Esses dados indicam a necessidade de promover ações educativas na atenção primária e dentro da IFES, assim como, fortalecer políticas públicas na área da saúde do trabalhador. Essas ações devem conduzir a reflexões sobre os hábitos de vida saudáveis e a sensibilização da importância do autocuidado. Apesar das limitações do uso do IMC, ele ainda é um parâmetro internacional que avalia o estado nutricional. Sugere-se que nos próximos estudos haja correlação com outras variáveis coletadas, assim como, a coleta de outros parâmetros antropométricos.

Palavras-chave: Envelhecimento Saudável; Índice de massa corporal; Pessoas de meia idade.

ENVELHECIMENTO POPULACIONAL NO RIO GRANDE DO NORTE: ANÁLISE E DESAFIOS SEGUNDO CENSO 2022

Ruziany Louzada,
Altair Brandão Mendes,
Marcos de Barros Dantas,
Tamires Carneiro de Oliveira Mendes,
Damião Ernane de Souza.

Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN

Introdução: o conhecimento do cenário de envelhecimento populacional subsidia a formulação de políticas públicas eficazes para o bem-estar das pessoas idosas e o desenvolvimento sustentável de uma região. **Objetivo:** analisar indicadores demográficos de envelhecimento no Rio Grande do Norte, com base no Censo 2022 do IBGE. **Metodologia:** para este estudo transversal, analisou-se as frequências, médias, medianas e desvios-padrão, como também a distribuição espacial dos seguintes indicadores: proporção de pessoas de 65 anos ou mais; razão de dependência (número de jovens de 0 a 14 anos e de pessoas de 65 anos ou mais a cada 100 pessoas em idade ativa, de 15 a 64 anos); e taxa de envelhecimento (relação entre pessoas com 65 anos ou mais e jovens de 0 a 14 anos). **Resultados:** observou-se uma proporção de 10,5% de pessoas com 65 anos ou mais e uma taxa de envelhecimento de 10,5%. Quanto à razão de dependência, tem-se que, para cada 100 pessoas em idade ativa, há 34,7 jovens e 15,1 pessoas idosas dependentes. No mapa, observa-se que o envelhecimento é mais avançado em municípios das regiões do Seridó e Alto Oeste Potiguar. **Considerações finais:** os indicadores demográficos revelam um cenário de transformações profundas na estrutura etária da população do estado, com o aumento da população idosa. Este cenário exige a efetivação de políticas públicas: capazes de promover o envelhecimento ativo, estimulando a participação social e produtiva da população idosa; garantir o cuidado integral à saúde, por meio da ampliação e qualificação dos serviços de saúde capazes de atender às necessidades específicas dessa população; assegurar a participação plena na sociedade, combatendo o preconceito e a discriminação contra a pessoa idosa, garantindo seus direitos e oportunidades.

Palavras-chave: Envelhecimento; Censo Demográfico; Políticas Públicas.

ESPAÇO EDUCACIONAL NOSSO ATELIÊ PARA O PÚBLICO DA TERCEIRA IDADE 60+ NO MUNICÍPIO DE PARNAMIRIM/RN – RELATO DE EXPERIÊNCIA

Gabriela Costa Beltrão de Assis.

Nosso Ateliê – Espaço Educacional para Estimulação Cognitiva e Motora para a Terceira Idade

O presente trabalho consiste em um relato de experiência vivenciado em um projeto profissional, intitulado “Nosso Ateliê”, espaço pensado e montado para o público da terceira idade no Município de Parnamirim/RN, no bairro de Nova Parnamirim, movido por um projeto matriz – Mente sã, Corpo são: Nosso propósito de vida. O objetivo deste é descrever ações pedagógicas que serão realizadas no espaço e suas benfeitorias para o público da terceira idade. As atividades pedagógicas que serão realizadas no Nosso Ateliê, subdividido em 6 ambientes de ateliers – Ateliê Natural, Ateliê Social, Ateliê Psicomotor, Ateliê Criativo, Ateliê de Jogos e Ateliê de Dança, vão permitir o fortalecimento e o desenvolvimento integral da cognição, criatividade, autoestima, intelectualidade e coordenação motora para esse público, com o intuito de contribuir com seu desenvolvimento e todo conhecimento adquirido por uma vida, e assim, estimular as habilidades corporais, criativas e neurais adormecidas, bem como, realizar trocas de experiências sociais no espaço educacional de forma significativa. Nesta perspectiva, foi possível elaborar uma metodologia intimista, acolhedora, criativa, artística e afetiva, abordada em ações pedagógicas com o público da terceira idade. O momento de atuação da autora na elaboração desse projeto possibilitou vivenciar uma nova experiência e ampliação do conhecimento acerca das necessidades observadas por esse grupo de pessoas, aprimorando e ampliando a aprendizagem na perspectiva de aperfeiçoamento das práticas pedagógicas, estabelecendo um contato direto com a realidade e as demandas atuais pertinentes ao público e suas necessidades pela falta de oferta no âmbito cognitivo e corporal no meio social, como fatores importantes para serem estimulados de forma significativa e satisfatória, em momentos terapêuticos vivenciados pela terceira idade no Nosso Ateliê.

Palavras-chaves: Terceira idade; Práticas Pedagógicas; Estimulação cognitiva/ motora.

ESTADIAMENTO E ACESSO AO TRATAMENTO PARA CÂNCER DE COLO DE ÚTERO EM MULHERES IDOSAS NO BRASIL

Maria Fernanda Dantas Chaves¹,

Ana Camilly da Costa Cruz¹,

Letícia Gabriella Souza da Silva¹,

Paulo Vitor de Souza Silva¹,

Nayara Priscila Dantas de Oliveira²,

Dyego Leandro Bezerra de Souza¹.

Universidade Federal do Rio Grande do Norte¹ - UFRN

Universidade de Pernambuco² - UFPE

Introdução: O câncer de colo uterino é a quarta neoplasia mais incidente e com alta taxa de mortalidade no mundo. Em mulheres idosas, os dados epidemiológicos sobre a neoplasia são subestimados, e o tempo de espera entre o diagnóstico e o início do tratamento afeta a sobrevida das pacientes. Assim, a Lei 12.732/12 (Lei dos 60 dias) garante ao paciente com câncer o direito de iniciar o tratamento em até 60 dias do diagnóstico. **Objetivo:** Analisar os dados existentes sobre estadiamento e acesso ao tratamento, e verificar o percentual de não cumprimento da lei dos 60 dias em mulheres idosas com câncer de colo de útero no Brasil, nos anos de 2015 a 2019.

Metodologia: Foram analisados os dados no Sistema de Registros Hospitalares de Câncer (RHC) relativos ao câncer de colo uterino (C53) dos anos 2015 a 2019, avaliando as variáveis estadiamento, data do diagnóstico e início do tratamento. Os dados foram tabulados no Microsoft Excel e analisados no software SPSS statistics. As variáveis de tempo foram comparadas para analisar o intervalo entre elas e sua conformidade com a Lei dos 60 dias. Considerou-se apenas os casos de idade maior ou igual a 60 anos e foram excluídos os casos com alguma das variáveis ausentes. **Resultados:** Foram registrados 8753 casos de C53 em mulheres a partir de 60. Desses, 12,8% tiveram estadiamento I, 33,4% estadiamento II, 40% estadiamento III, e 13,8% tiveram estadiamento IV. Sobre o acesso ao tratamento e sua conformidade com o prazo estabelecido pela lei dos 60 dias, 64,4% não estavam de acordo com a lei. Em detalhes, 65,7% dos casos classificados como estadiamento I, 69,2% no estadiamento I, 62,9% no estadiamento III, e 56,4% no estadiamento IV. **Considerações Finais:** Os dados encontrados demonstram que mais de 50% das mulheres idosas acometidas com câncer de colo uterino apresentam doença em atividade avançada. Além disso, nessa população, a maioria das mulheres não teve acesso ao tratamento no tempo oportuno estabelecido pela lei.

Palavras-chave: Câncer de colo de útero; Estadiamento; Tratamento.

ESTUDO DE CASO - ANÁLISE DE IDOSO EM PROCESSO DE DECREPITUDE E RECUPERAÇÃO DE VIGOR FÍSICO.

Prof Raimundo Nonato Nunes,
Brenno Vinicius Rocha de Araújo,
Deyvisson de Araujo Santos,
Felipe Guedes da Silva,
Felipe Gabriel Tavares Teixeira,
André Araújo dos Santos.

Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN

Introdução: O processo de ambulatório do idoso em decrepitude é um fato relevante, configura açúcar outras comorbidades preocupantes e por certo geram dificuldades para essas pessoas. Por isso, os poderes públicos devem assumir o compromisso e a responsabilidade ocupar essa lacuna, oferecendo métodos e planos para mitigar essas questões junto às pessoas portadoras dessas comorbidades, cuidar de sua população tornando a mais longevo se traduz em menores custos hospitalares, uma população mais saudável e uma população que utiliza menos os hospitais, cuidar dos problemas em sua raiz é um ato de planejamento governamental.

Objetivo: Buscar estudar o caso do idoso e entender as comorbidades, fazendo acompanhamento e entender os processos de recuperação do idoso de estado de decrepitude para um estágio de vigor e saúde física. **Metodologia:** Utilizando uma piscina de vinte e cinco metros de comprimento, por doze e meio de largura, com um metro e meio de profundidade. A paciente é portadora de edemaciamento nos joelhos e tornozelos, e a sua idade é de 74 anos. O idoso acompanhado durante o estudo de caso foi submetido a uma rotina de exercícios, durante quatro semanas e com sessões de uma hora de duração, nas piscinas localizadas no campus da UFRN, pelo projeto “Caminhágua”. **Resultados:** Após quatro semanas de atividades observa-se que a paciente recuperou a capacidade deambulatória natural. Confirmou-se o prognóstico de que o fortalecimento muscular recuperaria a capacidade funcional dos membros inferiores, agindo contra os fatores de decrepitude apresentados pela paciente antes do início do presente estudo. **Considerações finais:** Objetiva-se então diante de tal situação, encontrar uma solução plausível para um problema que, em sendo resolvido, de preferência a baixo custo, revolucionaram a recuperação de idosos inativos. Utilizando -se de métodos de baixo impacto nas articulações e maior enfoque na musculatura.

Palavras-chave: Idoso; Decrepitude; Fortalecimento muscular.

ETARISMO E OS DESAFIOS DA EXCLUSÃO E ISOLAMENTO SOCIAL DA PESSOA IDOSA

Angela Thayssa Durans Amaral,
Rita de Cássia Azevedo Constantino,
João Carlos Romano Rodrigheiro Júnior,
Júlia Danielle de Medeiros Leão,
Luiza Lisboa Krause de Araujo e Lima,
Vilani Medeiros de Araujo Nunes.

Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN

Introdução: O aumento da expectativa de vida é um evento global e desafiador, inclusive quando relacionado ao preconceito devido à idade que contribui para a exclusão social da população idosa, o que pode violar os seus direitos. A esse tipo de discriminação conceitua-se o etarismo ou idadismo, que baseia-se na idade, como um dos desafios mais persistentes para a inclusão da pessoa idosa. **Objetivo:** Identificar a influência do etarismo na exclusão social da pessoa idosa. **Metodologia:** Revisão narrativa da literatura, de natureza qualitativa, com intuito de descrever o estado da arte do assunto. As bases de dados utilizadas foram a Pubmed, LILACS, BDENF e Scielo, com a chave de busca: ("etarismo" OR "discriminação etária" OR "preconceito relacionado à idade" OR "ageism") AND ("exclusão social" OR "isolamento social" OR "social exclusion") AND ("idosos" OR "pessoa idosa" OR "elderly"). Inclui-se estudos publicados a partir do ano 2019, escritos em português ou inglês e disponíveis na íntegra. Foram excluídos artigos duplicados, que estavam fora do tema ou publicados há mais de cinco anos. **Resultados:** Obtiveram-se 12 estudos a partir da busca realizada, desses, quatro artigos foram selecionados para discussão. Estes estudos relatam que os discursos que expressam discriminação relacionada à idade podem ter um impacto negativo na vida das pessoas idosas, especialmente em seus aspectos psicológicos e sociais. Ademais, a tendência natural da população idosa em se auto excluírem é muitas vezes intensificada pelos preconceitos oriundos da sociedade. **Considerações finais:** Enraizado no estereótipo do idoso frágil, dependente e incapaz de produzir, o etarismo representa uma barreira para a integração social, podendo levar à exclusão e ao isolamento, influenciando na sua qualidade de vida. No entanto, ao compreendê-lo e enfrentá-lo, pode-se avançar para uma sociedade baseada na valorização e respeito da diversidade etária, assim, garantindo a todos os indivíduos a inclusão social.

Palavras-chave: Pessoa idosa; Exclusão social; Etarismo.

EVOLUÇÃO TEMPORAL DO CONSUMO DE ULTRAPROCESSADOS DE IDOSOS ATENDIDOS NA ATENÇÃO BÁSICA DO RN: 2019 A 2023

Ellen Rafaela Silva,
Marcos Felipe Silva de Lima.
Faculdade de Ciências da Saúde do Trairí, Rio Grande do Norte.
Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN

Introdução: A ingestão de alimentos saudáveis é crucial para a saúde e o bem-estar dos idosos, sendo particularmente importante evitar o consumo de alimentos ultraprocessados. Esses alimentos estão associados ao desenvolvimento de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT), como diabetes, doenças cardiovasculares e obesidade, que são as principais causas de morbimortalidade e perda de capacidade funcional neste grupo demográfico. Os idosos são mais suscetíveis aos efeitos negativos dessas doenças, o que ressalta a importância de uma alimentação equilibrada e nutritiva para garantir uma melhor qualidade de vida. **Objetivo:** Analisar a evolução do percentual de idosos com consumo de alimentos ultraprocessados ao longo dos anos de 2019 a 2023, na Atenção Básica do RN. **Metodologia:** Foram utilizados dados do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN) para monitorar o consumo de alimentos ultraprocessados no dia anterior por idosos (>60 anos) atendidos pela Atenção Básica entre 2019 e 2023. **Resultados:** Houve uma diminuição no número de idosos atendidos de 2019 para 2020 (de 1.004 para 798), mas um aumento gradual em 2021 (1.557 atendidos) e um grande salto em 2023 (6.215 atendidos). Observou-se um aumento no consumo de alimentos ultraprocessados durante os anos da pandemia, com taxas variando de 55% em 2019 para 68% em 2021. No entanto, em 2022 e 2023, houve uma diminuição na porcentagem de consumo, registrando 56% e 47%, respectivamente. **Conclusão:** O consumo de alimentos ultraprocessados entre os idosos da região do RN permanece elevado, representando aproximadamente 50% ao longo dos anos estudados. Essa alta prevalência destaca a urgência de implementar estratégias eficazes para melhorar os hábitos alimentares desses idosos, visando reduzir os riscos de desenvolvimento de DCNT e promover uma melhor qualidade de vida.

Palavras-chave: Idoso; Alimentos; Ultraprocessados.

EXERCÍCIO FÍSICO REMOTO E SAÚDE MENTAL EM IDOSOS FISICAMENTE ATIVOS: SÉRIE DE CASOS

Maurício Silva da Costa¹,
Maria Jeane Guimarães Camargo¹,
Renato Sobral Monteiro-Junior².

¹Bolsista. Universidade Estadual de Montes Claros, Montes Claros/MG, Brasil;

². Docente. Universidade Estadual de Montes Claros, Montes Claros/MG, Brasil;

CAPES (88887.835834/2023-00),

FAPEMIG (APQ-02705-21),

CNPq (Processo 305999/2023-0)

Introdução: A prática regular de exercício físico é essencial para o envelhecimento saudável, além de ter impacto positivo na saúde mental da pessoa idosa, uma vez que mitiga os sintomas de ansiedade e depressão. Desse modo, intervenções que reforcem a prática de exercícios entre idosos e facilitem a redução do estilo de vida sedentário devem ser consideradas. Assim, o exercício físico remoto tem se mostrado uma alternativa viável quando há restrições para a prática presencial. Entretanto, há pouca literatura sobre programas remotos de exercício e seus efeitos na saúde. **Objetivo:** Explorar o efeito de um programa remoto de exercício físico sobre a saúde mental de idosos saudáveis fisicamente ativos. **Metodologia:** Série de casos de onze idosos ($67,64 \pm 7,31$ anos) de ambos os sexos que participaram de um programa de treinamento presencial (24 sessões), submetidos em seguida a 24 sessões de exercício físico orientado remotamente, 2x/semana (sendo um desses dias em modo síncrono) (CEP/Unimontes 2.741.071/2018). Avaliou-se sintomas de ansiedade (Escala de Ansiedade Geriátrica) e de depressão (Escala de Depressão Geriátrica). Foi calculado o tamanho do efeito de Cohen (d), comparando os períodos pré- e pós-intervenções (presencial e remota). **Resultados:** Em comparação ao período pré-intervenções, o treinamento remoto foi capaz de diminuir sintomas de ansiedade ($d=-0,52$, moderado) e depressão ($d=-0,57$, moderado). Porém, tal resultado não foi superior ao treinamento presencial, com tamanho de efeito trivial ($d=0,15$) e moderado ($d=0,33$) para a depressão e ansiedade, respectivamente. **Considerações finais:** O treinamento remoto parece ser uma intervenção promissora para diminuir sintomas de ansiedade e depressão, sendo uma alternativa adicional ao treinamento presencial.

Palavras-chave: Pessoa Idosa; Saúde Mental; Saúde.

EXPERIÊNCIA EXITOSA DE UMA ACADEMIA FOCADA EM EXERCÍCIO RESISTIDO PARA A POPULAÇÃO IDOSA

Leila Medeiros de Azevedo,
Wanessa Pinheiro de Macedo Barbosa,
Vanessa Giffoni
M. N. P. Peixoto,
Betina Barbiero Saad Formiga,
Luana Araújo Castro Macêdo,
Ralf Goes Pacchioni.
Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN

Introdução: O treinamento resistido é importante recurso para o envelhecimento saudável, mas ainda é subutilizado, principalmente pela escassez de ambientes apropriados ao público idoso.

Objetivo: Descrever a experiência de um ambiente especializado em treinamento resistido para idosos (> 60 anos). **Metodologia:** Relato de experiência das atividades desenvolvidas em um centro de treinamento voltado ao público idoso na cidade de Natal-RN. **Resultados:** A academia Attivo, inaugurada em 2020 e direcionada ao treinamento resistido fundamentado na Metodologia Biodelta, já conta com cerca de 300 idosos no portfólio. O método consiste em exercícios com cargas progressivas, número de repetições decrescentes, repousos de um minuto entre repetições, em maquinário adaptável às limitações decorrentes do envelhecimento e comorbidades. Inicialmente, são cumpridos exercícios multiarticulares, voltados a grandes grupos musculares, seguidos pelos monoarticulares, direcionados às necessidades individuais. A frequência média é de 02 treinos semanais de 50 minutos. Os alunos são acompanhados por professores e estagiários de educação física na proporção de 03 alunos por profissional; sendo aqueles com limitação cognitiva acompanhados individualmente. Avaliações clínica e física-funcional são obrigatórias para matrícula e são realizadas, respectivamente, por geriatra e profissional de educação física ou fisioterapeuta. Queixas físicas, antecedentes médicos, composição corporal, movimentos articulares, além de testes como 'força de preensão palmar' e 'timed up and go' estão dentre os itens avaliados. Impacto social: O acesso a ambientes de treinamento especializados em idosos, com maquinários adaptados e profissionais habilitados, é essencial para o envelhecimento ativo da população. A Attivo tem metodologia baseada em ciência do treinamento, capaz de promover ganho de massa e força muscular em idosos, contribuindo para melhora funcional e qualidade de vida desta população.

Palavras-chave: Idoso; Atividade Física; Desempenho físico funcional.

FATORES DE RISCO E ESTRATÉGIAS DE PREVENÇÃO DE QUEDAS EM PESSOAS IDOSAS E O PAPEL DA ENFERMAGEM: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

Maria Clara Morais da Silva,
Jayara Mikarla de Lira,
Jaqueline Araújo Paula Lima,
Lilia Costa Nascimento,
Vânia Ellen Bezerra Sousa,
Francisco Gelzo da Silva Neto.
Universidade Federal de Campina Grande - UFCG

Introdução: As quedas em pessoas idosas são um grande problema de saúde pública, causando lesões graves e diminuindo a qualidade de vida. Os fatores de risco incluem fraqueza muscular, problemas de visão, medicamentos e ambiente inadequado, entre outros. **Objetivo:** Destacar a gravidade das quedas em pessoas idosas, identificar fatores de risco associados a esses acontecimentos e enfatizar a importância de abordagens preventivas para mitigar esse problema e o papel do enfermeiro no processo. **Metodologia:** Realizou-se uma revisão da literatura, com estudos relevantes sobre a temática em bases de dados científicas como Scielo, NCBI e Biblioteca Nacional de Saúde. Foi utilizado descritores como "Enfermagem" AND "Idosos" e "Idosos" AND "Risco de quedas". **Resultados:** As quedas resultam de uma interação complexa entre fatores intrínsecos e extrínsecos. Entre os fatores extrínsecos, os ambientais desempenham um papel significativo, sendo responsáveis por até 40% das quedas. Superfícies irregulares, molhadas ou escorregadias, objetos soltos como tapetes, desníveis no chão e degraus são os mais prevalentes. Quanto aos fatores intrínsecos, destacam-se o uso de medicamentos que podem causar tontura, problemas de visão que afetam a percepção de profundidade e equilíbrio, fraqueza muscular que reduz a estabilidade e a coordenação. Esses fatores interagem de maneira complexa, aumentando o risco de quedas nos idosos. Portanto, abordagens de prevenção devem considerar tanto os fatores ambientais quanto os intrínsecos, visando reduzir a incidência e as consequências das quedas nessa população vulnerável. **Considerações finais:** Ressalta-se o papel crucial dos enfermeiros na prevenção de quedas, em especial na identificação e avaliação dos fatores de risco, na implementação de intervenções preventivas e na educação dos idosos e cuidadores. Investir na capacitação desses profissionais é essencial para melhorar a qualidade da assistência e reduzir o impacto das quedas na saúde.

Palavras-chave: Pessoas idosas; Risco de quedas; Prevenção.

FATORES DE RISCO PARA A SARCOPENIA DE IDOSOS ASSOCIADOS A UM PLANO DE SAÚDE

Wilson Cezar Domingos de Azevedo,
Gledson Tavares de Amorim Oliveira,
Maristela Linhares dos Santos,
Túlio Chaves Mendes, Hassan Mohamed Elsangedy
Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN
CNPq

Introdução: Sarcopenia é uma síndrome geriátrica caracterizada pela perda de massa muscular, baixa força muscular e baixo desempenho físico. Diversos fatores estão associados a essa condição. Compreendê-los previamente é importante para identificar melhor as variáveis alvo que podem auxiliar uma tomada de decisão preventiva dessa condição. **Objetivo:** Avaliar os fatores associados ao risco de sarcopenia em idosos de um plano de saúde. **Metodologia:** Trata-se de um estudo transversal, conduzido com 114 idosos (60 a 93 anos; IMC= $27,1 \pm 4,16$; 71,1% mulheres). Os dados demográficos (sexo, idade), estilo de vida (consumo de tabaco e álcool), capacidade funcional (testes de Aptidão Física de Rikli e Jones), força de preensão manual da mão dominante (dinamômetro eletrônico portátil) foram as variáveis dependentes do estudo e a Sarcopenia, avaliada por parâmetros do EWGSOP 2, foi a variável independente. Foi utilizado uma regressão logística binomial com o método de seleção para frente de razão de verossimilhança para investigar efeito das variáveis dependentes na probabilidade de desenvolver provável sarcopenia. **Resultado:** Observou-se que o aumento da idade estava associado a uma maior probabilidade de desenvolver provável sarcopenia ($B = ,126$; $p = 0,035$), enquanto o aumento da resistência aeróbica estava associado a uma redução na probabilidade de desenvolver provável sarcopenia ($B = -0,042$; $p = 0,022$). Assim, o aumento da idade e diminuição da resistência aeróbica são fatores de risco associados ao aumento da sarcopenia. Esse modelo de regressão logística foi estatisticamente significativo, com $\chi^2(9) = 49,173$, $p < 0,001$ e explicou 56,4% (R^2 de Nagelkerke) da variância na sarcopenia e classificou corretamente 93% dos casos. **Considerações finais:** Os achados ressaltam a importância de darmos atenção especial aos idosos mais velhos e com baixo condicionamento cardiorrespiratório, pois apresentam maior risco de prevalência da sarcopenia.

Palavras-chave: Sarcopenia; Envelhecimento; Risco.

FORÇA DE PREENSÃO MANUAL E ATIVIDADE FÍSICA CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS DE LONGEVOS DA ZONA RURAL DE MANAUS, AM.

Jander Phillippe Diniz Figueiredo,
Maysa do Amaral Lopes,
Inês Amanda Streit.

Universidade Federal do Amazonas - UFAM
Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado do Amazonas (FAPEAM).

Introdução: O envelhecimento populacional é global, tornando-se evidente no Brasil e no estado do Amazonas. Desse modo é imprescindível conhecer o processo em diferentes contextos, incluindo áreas rurais. **Objetivo:** Verificar se existe associação entre força de preensão manual e nível de atividade física com as características sociodemográficas de longevos da zona rural de Manaus, AM. **Método:** O estudo é descritivo, observacional e de associação e utilizou-se protocolo multidimensional para identificação dos dados sociodemográficos idade, sexo, cor, renda familiar. Também foram mensurados a força de preensão manual (FPM) por meio do dinamômetro e nível de atividade física (NAF) por meio do uso do pedômetro e contagem do número de passos/dia. Utilizou-se regressão linear simples e múltipla e todas as análises inferenciais tiveram nível de significância de 5% ($p<0,05$). **Resultados:** Participaram 81 idosos, com média de idade de 84,4 anos ($\pm 4,4$). Entre as principais características 45,7% eram viúvos, 33% casados, e 74,1% pardos. Quanto ao NAF, a média geral foi de 5.092,50 passos/dia, variando entre 63,28 e 17.750 passos/dia. Para as mulheres, a média da FPM foi de 14,7 kgf, enquanto para os homens foi de 29,9 kgf, e a associação entre NAF e FPM foi positiva, sendo que a cada passo adicionado a FPM aumentou em $5,49 \times 10^{-4}$ kg/f (esquerda) e $9,94 \times 10^{-4}$ kg/f (direita). **Considerações Finais:** Este estudo apresenta características específicas dos longevos que vivem na zona rural, diferentes de longevos que vivem em outros contextos como comunidades urbanas. A prevalência de homens é uma dessas particularidades. A partir deste perfil dos idosos e da associação positiva entre o NAF e FPM, sugere-se o desenvolvimento de políticas públicas que contemplam demandas como a oferta de programas de atividade física para melhora e manutenção da condição física e funcional desses idosos.

Palavras-chave: Força de preensão manual; Nível de atividade física; Longevidade.

FORÇA RELATIVA DE PREENSÃO MANUAL É MELHOR PREDITORA QUE IDADE CRONOLÓGICA E FISIOLÓGICA PARA CAPACIDADE FUNCIONAL EM IDOSAS

Maisa Bruna de Moraes Teixeira do Nascimento,
Wilker Saraiva,
Deise Aparecida de Almeida Pires Oliveira
UniEVANGÉLICA

O processo de envelhecimento está associado com o declínio progressivo da força muscular, potência muscular, equilíbrio, função cardíaca e a função vascular. Essas alterações afetam negativamente a capacidade de realizar o exercício físico, aumentam o risco para doenças cardiovasculares e possuem implicações sobre a capacidade funcional e aumento do risco de queda em idosos. A capacidade funcional em idosos pode ser conceituada como a capacidade em manter as funções básicas, físicas e mentais necessárias para conservar sua autonomia e independência. Dentre as dimensões mais estudadas pela gerontologia, a capacidade funcional é apontada como uma delas, devido ao sofrimento familiar causado pela independência e pelo aumento das demandas médicas sociais. A realização do teste de preensão manual para idosos possibilita que as situações patológicas e perdas funcionais sejam observadas. A força de preensão Manual (FRPM) é reconhecida como um estimulador da força global do idoso e tem se manifestado como um biomarcador para importantes desfechos em saúde. A idade cronológica é considerada um bom indicador do estado de saúde, enquanto considerável variabilidade inter-individual já foi relatado, com algumas pessoas idosas exibindo muito boa saúde, e outros mostrando acelerado aparecimento de fraqueza, inabilidade física e fragilidade. A idade fisiológica, também conhecida como, a combinação de um número de biomarcadores diferentes como, proteína C-reativa, creatinina sérica e a pressão arterial sistólica, pode ser um indicador mais confiável de mortalidade e risco elevado para depressão do que a idade cronológica e pode facilitar intervenções preventivas para saúde. O objetivo do presente estudo foi comparar a força de predição da força de preensão manual, idade cronológica e fisiológica sobre o declínio da mobilidade avaliado pelo teste TUG em mulheres idosas. Participaram do estudo 88 mulheres idosas (idade: $68,13 \pm 6,02$ anos) que foram encaminhadas para o teste de esforço. A idade fisiológica estimada foi calculada com base na capacidade da participante em realizar o teste de esforço, índice de reserva crontrópica, recuperação da frequência cardíaca e medicação que afeta a frequência cardíaca. A FRPM foi medida usando um dinamômetro hidráulico validado e a mobilidade foi avaliada por meio do teste de ir e vir ou Timed Up and Go (TUG-test). Uma regressão múltipla hierarquizada foi utilizada para predizer o efeito da idade fisiológica, idade cronológica e FRPM sobre a mobilidade. Após controle para a variável de confusão diabetes, a FRPM contínuos sendo a única variável a adicionar significativamente para o modelo de regressão ($p = 0,001$). Um aumento na FRPM de um kg/IMC foi associado com um declínio no TUG-test de 0,7 segundos. Nossos resultados apresentaram que a FRPM tem melhor desempenho na previsão de mobilidade prejudicada avaliada pelo teste TUG em mulheres idosas quando comparado com a idade cronológica e idade fisiológica. Além disso, a FRPM permaneceu significativamente associada ao teste TUG, mesmo após ajuste para diabetes. Em conclusão, o teste de FRPM foi o melhor preditor de mobilidade reduzida quando comparada com a idade cronológica e Fisiológica em mulheres idosas. A baixa força muscular é um importante preditor de resultados desfavoráveis para o paciente, pois aumenta a limitação funcional e, ao escolher ferramentas para medir o desempenho físico na prática clínica, a força da preensão manual pode representar uma ferramenta importante e simples para identificar indivíduos com aumento do risco de mobilidade reduzida. A força de preensão manual é um

poderoso preditor de resultados ruins para o paciente, como permanência hospitalar prolongada, aumento da limitação funcional, má qualidade de vida e morte. Também a força de preensão manual não requer pessoal altamente treinado pois é uma ferramenta barata, simples e portátil. Por fim, a força de preensão manual representa uma medida não invasiva para o profissional da área da saúde quando comparado com o teste de esforço que a maioria das pessoas idosas é incapaz de concluir satisfatoriamente. Muitos fatores de risco independentes estão envolvidos na redução da mobilidade e nas quedas, e a estimativa da idade cronológica e fisiológica é necessária para os diagnósticos e para determinar se um indivíduo mais velho tende a aumentar o risco de mobilidade reduzida. No entanto, o uso atual de 13 marcadores de carga alostática ou mais para estimar a idade fisiológica pode nem sempre ser eficaz e o uso da força de preensão manual que supera os fatores de risco tradicionais podem futuramente ser um teste importante para avaliação da saúde global de idosos. Nossa estudo tem algumas limitações. Primeiro, foi realizado em uma pequena amostra de mulheres idosas. Segundo, essa análise correlacional não pode ser utilizada para descobrir causas diretas de baixa força de preensão manual e diminuição da mobilidade nessa população. Terceiro, incluímos apenas a doença diabetes como covariável; pois é um fator de risco independente para mobilidade reduzida e quedas. No entanto, outros fatores de risco importantes como; demência, quedas anteriores, glicosídeo cardiotônico, neurolépticos e antidepressivos não foram controlados em nosso estudo. Muitos fatores de risco independentes estão envolvidos na redução da mobilidade e nas quedas, e a estimativa da idade cronológica e fisiológica é necessária para os diagnósticos e para determinar se um indivíduo mais velho tende a aumentar o risco de mobilidade reduzida. Por esse motivo, recomendamos que o FRPM seja utilizada como uma ferramenta conveniente para prever mobilidade prejudicada e risco de quedas em mulheres idosas e incluir a baixa força de preensão manual como uma nova carga alostática ou um novo índice de desregulação fisiológica que diminui após os 60 anos.). Assim, a hipótese de que a FRPM é o principal preditor de mobilidade reduzida em mulheres idosas avaliadas pelo teste TUG precisa ser confirmada em estudos prospectivos. Em resumo, a FRPM prediz melhor a mobilidade prejudicada avaliada pelo teste TUG em mulheres idosas, quando comparadas à idade cronológica e idade fisiológica, visto que a FRPM é reconhecida como um estimulador da força global e tem sido apresentada com um importante biomarcador para saúde se tornando aplicável em qualquer ambiente, pois se trata de um teste simples e objetivo que pode ser usada como triagem precoce de pessoas com índice de incapacidade física, que está associadas os fatores de risco para outra patologias, como : Acidente vascular cerebral, doença renal crônica, hipotireoidismo e doenças cardiovasculares, tornando assim evidenciada a sua aplicabilidade como preditor de mobilidade e mortalidade em idosos.

Palavras-chave: Força Muscular, Idosos; Capacidade funcional.

FREQUÊNCIA SEMANAL DE ATIVIDADE FÍSICA EM DIFERENTES FAIXAS ETÁRIAS: O QUE PODEMOS DIZER DOS IDOSOS BRASILEIROS?

Ricardo Andrade Bezerra,
Fábia Cheyenne Gomes de Morais Fernandes,
Isabelle Ribeiro Barbosa Mirabal,
Programa de pós-graduação em Saúde Coletiva.
Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN

Introdução: A prática de atividade física (AF) é reconhecidamente fundamental para melhoria da qualidade de vida, saúde e bem-estar em todas as etapas da vida. A manutenção da prática de atividade física desde a infância até a fase idosa da vida é recomendada, considerando o autocuidado, autonomia do sujeito e idade de cada indivíduo. As pesquisas de inquéritos populacionais possibilitam a compreensão do cenário nacional com mais clareza. **Objetivo:** Descrever a frequência semanal de atividade física e estratificar por idade, de adultos avaliados pela Pesquisa Nacional de Saúde 2019. **Metodologia:** Estudo transversal com dados da Pesquisa Nacional de Saúde de 2019. Foram feitas análises descritivas de frequências sexo, renda, idade (15- 39/40-59/60 ou mais) e dos dados de frequência de dias de atividade física semanal (nenhum dia na semana/até 3 dias/4 dias ou mais). O IBGE, divulga os resultados da Pesquisa Nacional de Saúde - PNS 2019, contemplando dados sobre a prática de atividade física que possibilitam as relações com variáveis de idade dos indivíduos. Os dados foram analisados com o programa Stata 14.0 com a devida ponderação para amostras complexas. Foi realizado o teste de Qui² para a associação entre a idade e a frequência semanal de atividade física, avaliados com o IC 95% e valor de p<0,05 para significância estatística. **Resultados:** A amostra apresentou 51,9% do sexo feminino (n=279.382), com 62,2% da amostra com renda de até um salário-mínimo (n=279.210) e 19,7% da população tinha 60 anos ou mais (n=221.094). Quando comparado a frequência semanal de AF por extrato de idade, o grupo de pessoas com 60 anos ou mais teve a menor frequência de inatividade física na semana (8,5%) comparado com 61,64% (15-40 anos) e 29,8% (40-59 anos) (p=0,01). **Considerações finais:** Os dados sugerem que as pessoas com a idade igual ou superior a 60 anos apresentam menor inatividade física.

Palavras-chave: Autocuidado; Atividade Física; Envelhecimento.

I WORKSHOP DE PROMOÇÃO DOS DIREITOS DA PESSOA IDOSA PROMOVIDO POR DISCENTES DE ENFERMAGEM DA UFCG: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Maria Clara Moraes da Silva,
Jayara Mikarla de Lira,
Jaqueline Araújo Paula Lima,
Lilia Costa Nascimento,
Maria Emilia Dantas Oliveira,
Ellen Renalle Martins Guedes.
Universidade Federal de Campina Grande – UFCG

Introdução: A promoção dos direitos da pessoa idosa é fundamental para assegurar uma qualidade de vida digna e respeitosa na terceira idade, envolvendo a garantia de todos os direitos instituídos pelo art 6º da Constituição Federal, como saúde, educação, moradia, entre outros. Ademais, é importante combater a discriminação e o preconceito relacionados à idade, assegurando o acesso igualitário a oportunidades e serviços. **Objetivo:** Relatar sobre a experiência do Workshop implementado por discentes de enfermagem e direcionado aos idosos que compõem o grupo filantrópico Lar do Idoso Vó Filomena no município de Cuité na Paraíba. **Metodologia:** Trata-se de um relato de experiência, para a sua realização foi necessária a colaboração de 24 discentes de enfermagem e 1 docente da Universidade Federal de Campina Grande, em colaboração com 40 idosos do grupo Lar do Idoso Vó Filomena. **Resultados:** no dia 15 de setembro de 2023, ocorreu a visita dos idosos do grupo Vó Filomena no espaço terapêutico das Ocas no Centro de Educação em Saúde, na qual foi realizada uma roda de conversa, apresentando a caderneta do idoso e conduzido um diálogo sobre os direitos, foram sanadas dúvidas, e realizadas dinâmicas interativas. Posteriormente, ocorreu uma oficina de educação em saúde para instruí-los a manter hábitos alimentares mais saudáveis, também de acordo com a individualidade de cada um, foram aferidos todos os SSVV, entrega de brindes e oficina de dança, com zumba e exercícios de alongamento. Por fim, foi oferecido um café saudável ao ar livre. **Considerações finais:** A experiência proporcionou uma integração bem-sucedida entre os discentes e idosos, resultando em uma manhã de cuidados, educação em saúde e atividades recreativas, enfatizou a importância dos direitos da pessoa idosa e promoveu um ambiente de bem-estar e inclusão destacando a necessidade contínua de promover a saúde e os direitos dos idosos e como também sua autonomia, criando um espaço de convivência e cuidado mútuo.

Palavras-chave: Enfermagem; Pessoa idosa; Direitos.

IDENTIFICAÇÃO DA VULNERABILIDADE UTILIZANDO A CADERNETA DE SAÚDE DA PESSOA IDOSA: RESULTADOS DO PROJETO PRO-EVA.

Marianna Macêdo Revorêdo Da Nóbrega,
Sabrina Gabrielle Gomes Fernandes Macêdo,
Álvaro Campos Cavalcanti Maciel.
Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN

Introdução: A população idosa enfrenta diversos desafios que aumentam sua vulnerabilidade, incluindo problemas de saúde, sociais e econômicos. A identificação precoce dessas vulnerabilidades é essencial para um cuidado eficaz. A Caderneta de Saúde da Pessoa Idosa (CSPI) surge como uma ferramenta crucial nesse processo, permitindo uma avaliação abrangente e multidimensional da saúde do idoso, mapeando os aspectos biopsicossociais que afetam sua qualidade de vida. **Objetivo:** Identificar a vulnerabilidade dos idosos utilizando a Caderneta de Saúde da Pessoa Idosa em contextos biopsicossociais diferentes. **Metodologia:** Estudo transversal, com amostra por conveniência de idosos comunitários de ambos os sexos, residentes no município de Parnamirim/RN. Os dados coletados fazem parte de um projeto maior denominado “Promoção ao Envelhecimento e Vida Ativa” (PRO-EVA). Os idosos foram avaliados através da CSPI. Para a identificação da fragilidade foi usado o Vulnerable Elders Survey-13 (VES-13), presente na CSPI. Foi utilizado o Statistical Package for Social Science (SPSS 20.0) para a análise de dados. **Resultados:** Foram avaliados 735 idosos com média de idade de 70 anos, dentre eles, 61% da amostra composta por mulheres. Na avaliação da vulnerabilidade identificada pelo VES-13, observou-se que 71,3% dos idosos foram classificados como robusto, 19,6% já se apr **Conclusão:** Através da análise dos dados obtidos, foi possível identificar a vulnerabilidade dos idosos em diferentes contextos biopsicossociais, destacando a importância da CSPI nesse processo. Os resultados evidenciam a necessidade de uma abordagem assertiva. Conclui-se, portanto, que a CSPI desempenha um papel fundamental na identificação e no enfrentamento da vulnerabilidade dos idosos, contribuindo para uma assistência mais humanizada e efetiva nessa fase tão importante da vida.

Palavras-Chave: Vulnerabilidade; Idosos, Identificação;

IMPACTO DE UM PROGRAMA DE EXERCÍCIOS RESISTIDOS SOBRE FORÇA MUSCULAR PERIFÉRICA DE MULHERES HIPERTENSAS

Maria Eduarda Medeiros Andrade,
João Guilherme De Araújo Santos,
Andreia Ravinia do Nascimento Oliveira,
Maryelli Laynara Barbosa de Aquino Santos,
Risonety Maria dos Santos,
Íllia Nadinne Dantas Florentino Lima
Universidade Federal do Rio Grande do Norte -UFRN

Introdução: A Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) trata-se de uma condição multifatorial que compromete o sistema cardiovascular, afetando a capacidade física e funcional desses indivíduos. As recomendações indicam que os programas de reabilitação cardiovascular devem conter exercícios aeróbicos e resistidos para esta população. Os exercícios resistidos devem ser realizados de 2 a 3 vezes por semana, com em média 8 a 10 grupos musculares. **Objetivo:** Avaliar a força muscular periférica (flexão de ombro, cotovelo e extensão de joelho) de mulheres hipertensas, antes e após um programa de treinamento resistido de 8 semanas, individualizado e supervisionado por fisioterapeutas. **Métodos:** Trata-se de um estudo longitudinal, pré e pós, onde foram incluídas 17 mulheres com diagnóstico de HAS, que realizaram Teste de 1RM (repetição máxima). Os dados foram analisados através de estatística descritiva, para testar a normalidade foi realizado o teste de Shapiro-wilk e para comparação pré e pós, Teste t Student para medidas pareadas, adotando $p<0,05$ para significância estatística. **Resultados:** A amostra apresentou, em média, $59,3\pm8,6$ anos de idade, IMC de $28,9\pm2,6$ Kg/m². Na avaliação inicial, a força muscular foi de flexão de ombro $10,2\pm2,1$ Kg, de cotovelo $15,6\pm2,8$ e extensão de joelho $18,6\pm7,2$ Kg, respectivamente. Portanto, após o treinamento resistido, 2 x/semana, com progressão de carga, houve aumento de força muscular da amostra estudada para flexão de ombro $12,6\pm4,1$ Kg, de cotovelo $18\pm5,5$ Kg ($p<0,05$) e extensão de joelho $26\pm9,8$ Kg ($p<0,001$). **Conclusões:** O treinamento muscular com exercícios resistidos regulares, 2x/semana, durante 8 semanas, aumenta a força muscular periférica em mulheres hipertensas, contribuindo para ganho de capacidade física, primordial para manutenção de capacidade funcional desta população.

Palavras-chave: Hipertensão; Força muscular; Treinamento resistido.

IMPACTO DOS EXERCÍCIOS FÍSICOS NA PREVENÇÃO DE QUEDAS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA

André Jorge Nogues de Almeida,
Clara Uchôa Leite Santana,
Tiago Nogues de Almeida,
Breno Augusto Bormann de Souza Filho.
Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN

Introdução: A população idosa apresenta um grande risco de quedas, a partir do desenvolvimento da sarcopenia, a qual é caracterizada pela perda progressiva de massa muscular, força e função ao longo do tempo dos músculos. Contudo, à medida que há a progressão dessa perda, o risco de quedas torna-se mais eminente, seja pela fraqueza óssea, seja por fenômenos da senilidade como a hipotensão postural. **Objetivos:** a revisão busca investigar o impacto dos exercícios físicos na manutenção da força muscular e na prevenção de quedas nos indivíduos anciãos. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão sistemática de artigos indexados nas bases de dados PubMed, Science Direct, Medline e SciELO. A busca ocorreu por dois revisores independentes entre fevereiro de 2024 e março de 2024. A chave de busca utilizada incluiu os seguintes Descritores em Ciências em Saúde (DECS), com o operador booleano “AND”: 'Accidental Falls' AND "Exercise" AND "Aged" AND "Prevent and Control". **Resultados:** Foram encontrados 18 artigos quanto ao tamanho, amostra e conteúdo, os quais relataram que os exercícios físicos com treinamento resistido, componentes aeróbicos e proprioceptivos podem ser apropriados para promover o desempenho do equilíbrio, com redução da ataxia cerebelar e melhorias no controle motor, melhora da força e do tônus muscular e redução do risco de queda, em conjunto com o fortalecimento ósseo, enquanto o grupo controle desses estudos apresentou um declínio funcional, piora do equilíbrio e risco aumentado de quedas. **Considerações finais:** Diante do exposto, a presente revisão integrativa reforça a importância do exercício físico, adaptado às necessidades da faixa etária, não havendo distinção significativa entre as categorias das atividades, incluindo, ainda, a dança e a realização de atividades diárias, como fator protetor do risco de quedas na população idosa, além dos benefícios vinculados a uma melhoria da função cardiorrespiratória, saúde mental e qualidade de vida.

Palavras-chave: Acidentes; Exercícios; Idosos.

IMPACTOS SOBRE A SAÚDE MENTAL DE PESSOAS IDOSAS DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19

Ellen Renalle Martins Guedes,
Jayara Mikarla de Lira,
Jaqueline Araújo Paula
Lima, Lilia Costa Nascimento,
Maria Emília Dantas Oliveira,
Maria Clara Moraes da Silva.

Universidade Federal de Campina Grande - UFCG

Introdução: A pandemia da Covid-19 resultou em um cenário de desafios globais no qual as medidas individuais de segurança exerceram um papel essencial no controle do vírus, entre elas, destaca-se o isolamento social. Esta medida afetou principalmente a saúde mental da população idosa, denominada um dos grupos mais vulneráveis para o adoecimento. **Objetivo:** Analisar os impactos sobre a saúde mental das pessoas idosas durante a pandemia da Covid-19.

Metodologia: Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, baseada informações coletadas nas bases de dados eletrônicas: Scielo e Google Acadêmico, utilizando os descritores “Depressão Geriátrica” AND “Covid-19” e “Isolamento Social” AND “Pessoa Idosa”. Foram escolhidos 8 estudos para compor esta revisão, seguindo os critérios de inclusão: redigidos no idioma português e que discutem a temática principal. A pesquisa foi realizada entre 26 de março e 29 de março de 2024. **Resultados:** Devido à maior vulnerabilidade da população idosa e a necessidade de permanecer em isolamento da comunidade e familiares, emoções como medo da morte, tristeza, angústia e solidão tornaram-se ainda mais frequentes, aumentando a manifestação de sintomas depressivos, principalmente em idosos que residem sozinhos. Sintomas de depressão podem causar tanto impactos mentais, quanto físicos, como cansaço, sono prejudicado, falta de apetite e indisposição para realizar atividades essenciais de vida, como banhar-se, alimentar-se e manter o ambiente limpo. Além disso, o isolamento social submeteu inúmeras pessoas idosas a aposentadoria forçada, dessa forma, impactando na rotina e promovendo um sentimento de inutilidade para estes indivíduos. **Considerações finais:** Urge a necessidade da assistência de profissionais de saúde, para avaliar o estado mental dos idosos em um contexto pós-pandêmico, através de uma investigação holística e utilizando de recursos como a escala de depressão geriátrica, a fim de realizar as intervenções necessárias.

Palavras-chave: Pessoa idosa; Covid-19; Isolamento social.

IMPORTÂNCIA DA SISTEMATIZAÇÃO DA ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM PARA PESSOA IDOSA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Maria Clara Morais da Silva,
Jayara Mikarla de Lira,
Lilia Costa Nascimento,
Ellen Renalle Martins Guedes,
Francisco Gelzo da Silva Neto,
Vânia Ellen Bezerra Sousa.

Universidade Federal de Campina Grande -UFCG

Introdução: O envelhecimento populacional levanta questões cruciais sobre a qualidade de vida e a assistência oferecida às pessoas idosas, destacando-se a importância da Sistematização da Assistência de Enfermagem (SAE) para esse grupo. Ao utilizar a SAE, os profissionais de enfermagem podem personalizar os cuidados de acordo com as necessidades individuais de cada um, promovendo uma abordagem holística e centrada no paciente. **Objetivo:** Compreender a importância da sistematização da assistência de enfermagem aplicada à população idosa. **Metodologia:** O presente estudo trata-se de uma revisão integrativa da literatura. Para sua realização foi necessária a coleta de informações nas bases de dados eletrônicas: Google acadêmico e Scielo. Utilizou-se a combinação de descritores “SAE” AND “PESSOA IDOSA”. Foram escolhidos 6 estudos que passaram pelos critérios de inclusão: publicações no idioma português e inglês; e que discutem a temática central do estudo de forma objetiva. **Resultados:** A aplicação da sistematização da assistência de enfermagem contribui positivamente para a promoção da saúde, prevenção de doenças e melhoria na qualidade de vida, evidenciando a aplicação das etapas do processo de enfermagem, incluindo a coleta de dados, diagnósticos de enfermagem, planejamento, implementação e avaliação, destacando a importância do histórico de enfermagem como ponto de partida. Portanto, a atuação do enfermeiro nesse processo de sistematização é crucial para garantir cuidados individualizados e eficazes, considerando as complexidades físicas, emocionais e sociais dessa fase da vida. **Considerações Finais:** Nesse contexto, tornou-se evidente que a SAE representa uma tecnologia científica fundamental que orienta a prática da equipe multidisciplinar, especialmente no contexto do cuidado destinado à pessoa idosa. Essa abordagem possibilita a discussão acerca das necessidades dos pacientes, visando a minimização e o tratamento de seus problemas de saúde.

Palavras-chave: Enfermagem; Saúde; Qualidade de vida.

INFLUÊNCIA DA DIABETES MELLITUS TIPO 2 NAS QUEIXAS EM PESSOAS IDOSAS

Luana Dantas da Silva,
Adriana Guedes Carlos,
Maria Clara Peixoto Marinheiro,
Ana Clara Teixeira Fernandes,
Vanessa Regiane Resqueti Fregonezi,
Juliana Maria Gazzola

Universidade Federal do Rio Grande do Norte – UFRN

Introdução: O Diabetes Mellitus tipo 2 (DM2) em pessoas idosas é associado à presença de transtornos emocionais, redução da capacidade funcional e aumento dos riscos cardiovasculares e metabólicos. Também, é considerado risco para quedas, a principal causa de injúria fatal ou não fatal em pessoas idosas, ocorrendo devido a fatores intrínsecos e extrínsecos. E pessoas idosas com DM2 podem queixar-se de tontura crônica por alterações no sistema vestibular. O comprometimento visual constitui um fator de morbidade com elevado impacto social e econômico nessa população. **Objetivo:** Verificar a ocorrência de quedas, baixa acuidade visual, queixas de tontura crônica e dor em membros inferiores (MMII) entre pessoas idosas com e sem DM2. **Metodologia:** Trata- se de um estudo transversal e analítico com 38 pessoas idosas com DM2 (27 mulheres e 11 homens), com média etária de 68,03 (\pm 4,67) anos e 30 saudáveis (25 mulheres e 5 homens), com média etária de 66,53 (\pm 4,98) anos. Não houve diferença estatística significativa entre os grupos e as variáveis sexo e idade. Os indivíduos foram questionados sobre a ocorrência de quedas, dor em MMII e tontura crônica, e a acuidade visual, pela tabela de Snellen e autorrelato. Realizadas análises descritivas simples e comparativas entre pessoas idosas com e sem DM2 e variáveis qualitativas pelo teste de Qui-quadrado. Foi adotado um nível de significância de 5%. **Resultados:** No grupo com DM2, (39,5%) relataram baixa acuidade visual, queixa de dor em MMII (60,5%), quedas (44,7%) e tontura (28,9%). Diferenças estatísticas significantes foram encontradas entre os grupos e a variável acuidade visual ($p=0,046$). Não foram encontradas diferenças estatísticas significantes entre os grupos e as variáveis dor MMII ($p=0,813$), tontura ($p=0,960$) e quedas ($p=0,502$). Considerações finais: Conclui-se que a acuidade visual de pessoas idosas com DM2 foi mais acometida, ou seja, reforça-se a importância da prática do cuidado e das medidas preventivas.

Palavras-chave: Diabetes mellitus tipo 2; Idoso; Funcionalidade.

INFLUÊNCIA DA IDADE E DAS COMORBIDADES NA MORTALIDADE DE IDOSOS POR COVID-19

Danyollo do Nascimento Silva Junior,
Maria Eduarda de Sousa Monteiro,
Gabriela Góis Costa,
Thais Teixeira dos Santos,
Ádala Nayana de Sousa Mata,
Grasiela Piuvezam.

Universidade Federal do Rio Grande do Norte- UFRN

Introdução: A pandemia de COVID-19, declarada pela OMS em março de 2020, originou-se em Wuhan, China, em 2019. A severidade da infecção varia consideravelmente de acordo com a resposta imunológica do hospedeiro, podendo variar de casos leves a fatais. Os idosos, devido à imunossenescência, estão particularmente vulneráveis, com uma alta prevalência de comorbidades que contribuem para desfechos adversos. **Objetivo:** Este estudo visa examinar o impacto da idade e das comorbidades na mortalidade dos idosos durante a pandemia de COVID-19. **Metodologia:** Foi realizada uma revisão sistemática de evidências publicadas entre 2020 e 2023, coletadas das bases de dados PubMed, Embase, Scopus, Web Of Science e Science Direct. **Resultados:** A análise dos estudos revelou que a taxa de mortalidade entre os idosos aumenta significativamente com a idade, atingindo 38% em indivíduos com mais de 85 anos, em comparação com cerca de 12% na faixa etária de 65-69 anos. Além disso, a presença de comorbidades, como diabetes mellitus, doenças cardiovasculares, pneumopatias e doença renal, esteve associada a casos mais graves e óbitos por COVID-19 em idosos. **Considerações finais:** Este estudo ressalta a vulnerabilidade da população idosa durante a pandemia de COVID-19, destacando a interação complexa entre imunossenescência e comorbidades. Esses achados são cruciais para embasar intervenções clínicas e políticas direcionadas a essa parcela da população.

Palavras-chave: Covid-19; Idosos; Mortalidade.

INSEGURANÇA ALIMENTAR DE IDOSOS INDÍGENAS EM TRÊS COMUNIDADES DO RN

Gabriel Dantas de Carvalho Vilar,
Nila Patrícia Freire Pequeno,
Dinara Leslye,
Macedo e Silva Calazans,
Fábio Resende de Araújo,
Washington José de Souza,
Clelia de Oliveira Lyra.

Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN

Introdução: A população indígena brasileira representou apenas 0,6% da população nacional em 2022, o que pode refletir invisibilidade no contexto sociodemográfico nacional. No estado do Rio Grande do Norte, a proporção é ainda menor (0,35%), com o agravante de não existir terras demarcadas, o que acarreta dupla invisibilidade: em expressão numérica e identitária. A prevalência de insegurança alimentar entre comunidades indígenas é alarmante, mas se desconhece a magnitude desse agravio entre idosos em comunidades indígenas do RN.

Objetivo: Mensurar a insegurança alimentar de idosos em três comunidades indígenas do RN. Metodologia: estudo transversal, de base populacional, realizado em três comunidades indígenas localizadas na zona rural do município de João Câmara/RN. A coleta de dados foi realizada por lideranças indígenas de cada comunidade, utilizando-se a plataforma digital Epicollect5, previamente capacitadas por pesquisadores da UFRN. O questionário utilizado foi baseado no Censo anual que já ocorria em uma das comunidades, sendo adicionada a escala de insegurança alimentar indígena. Realizou-se estatística descritiva de acordo com a natureza das variáveis. **Resultados:** Os dados encontrados mostram que as famílias indígenas que possuem ao menos um idoso em sua constituição apresenta maior proporção de insegurança alimentar (42,3%; IC95% 25,7%-61,5%). A insegurança leve foi mais prevalente (33,3%; IC95% 23,1%-43,6%) quando comparada às famílias indígenas sem idosos (29,0%; IC95% 25,2%-32,8%).

Considerações finais: A prevalência de insegurança alimentar em famílias indígenas foi elevada, e particularmente entre idosos pode representar um grave problema de saúde pública. É necessário que as políticas públicas indigenistas e para idosos sejam implementadas e fiscalizadas para diminuir a insegurança alimentar das famílias indígenas com idosos no RN.

Palavras-chave: Insegurança alimentar; Povos indígenas; Fome.

LITERACIA EM SAÚDE DE IDOSOS ATENDIDOS NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE

Brenna Torres Valdevino,
Raíla De Carvalho Bento,
Andrezza Duarte Farias.
Universidade Federal De Campina Grande - UFCG

Introdução: A literacia em saúde está ligada à capacidade das pessoas de compreender, avaliar e mobilizar informações relativas à saúde. Estudos apontam que a baixa literacia em saúde é maior na população idosa. Uma inadequada literacia pode implicar em alterações no cuidado de saúde, bem como uma má adesão ao tratamento medicamentoso, afetando negativamente a qualidade de vida dessa população. **Objetivo:** Avaliar a literacia em saúde na população idosa do município de Cuité, PB. **Metodologia:** Trata-se de uma pesquisa quantitativa, de caráter descritivo, realizada no município de Cuité-PB, com 64 idosos selecionados aleatoriamente atendidos na Atenção Primária à Saúde. Foram entrevistados indivíduos acima de 60 anos hipertensos e diabéticos, utilizando a Escala de Literacia em Saúde. **Resultados:** A maioria dos idosos eram mulheres (73,5%) com média de idade 76,2 anos e escolaridade até o ensino fundamental I (39,7%). A média das respostas da Escala de Literacia em Saúde foi 13,3 (DP=0,91) e das diferentes dimensões: Literacia Funcional foi de 6,42 (DP=0,62); Literacia Interativa, 3,09 (DP=0,25) e Literacia Crítica, 3,78 (DP=0,26). A análise das respostas evidencia que em sua maioria idosos não buscavam ler bulas e folhetos (70,3%), receber conselhos de familiares/ amigos (56,3%) e afirmaram não ter tido experiências para determinar a qualidade das fontes de informações (78,1%). **Considerações finais:** O estudo mostrou que os idosos apresentam dificuldades relevantes nas dimensões de literacia em saúde, o que pode prejudicar sua autonomia. Torna-se importante estudos que aprofundem os resultados obtidos e o desenvolvimento de estratégias educativas distintas das usuais.

Palavras-chave: Idosos; Atenção Primária; Literacia em Saúde.

MARCOS LEGAIS SOBRE PROMOÇÃO DA SAÚDE E O EXERCÍCIO FÍSICO PARA PESSOAS IDOSAS: DE 1990 A 2024

Sabrina Fernandes Gonçalves,
Marisete Peralta Safons.
Universidade de Brasília - UnB

Introdução: A prática regular de exercícios físicos por pessoas idosas traz uma série de benefícios para a saúde, porém no Brasil, a desigualdade social dificulta o acesso a essas atividades, afetando o processo de envelhecimento. **Objetivo:** Mapear e analisar as legislações federais relacionadas à promoção da saúde para pessoas idosas observando a promoção do exercício físico como temática transversal no período que compreende os anos 1990 até 2024.

Metodologia: Revisão de literatura no Portal da Legislação. Termos de busca: saúde, pessoa idosa, atividade física, exercício físico. **Resultados:** Foram identificadas oito leis ordinárias, quatro decretos e oito portarias relacionadas à temática da pessoa idosa. Apenas uma lei ordinária abordou a atividade física como condicionante da saúde. Outras legislações enfatizam a importância de atividades físicas e esportivas, mas com ênfase no lazer e não em exercícios estruturados. O Decreto nº 9.921/2019 regulamenta a Estratégia Brasil Amigo da Pessoa Idosa incentivando municípios a oferecerem atividades físicas para pessoas idosas. Algumas portarias reconhecem a importância da atividade física na promoção da saúde e prevenção de doenças relacionadas ao envelhecimento, porém poucas estão voltadas para a criação de programas de exercícios físicos para pessoas idosas. Destaca-se a portaria nº 16/2023, que institui os Programas Esporte e Lazer na Cidade (intergeracional) e Vida Saudável (para pessoas idosas). **Considerações finais:** Apesar dos avanços na legislação, ainda há desafios na implementação das leis, combate às desigualdades regionais e garantia de acesso a serviços básicos para as pessoas idosas. A temática do exercício físico é abordada como parte das atividades de lazer, e a presente pesquisa ressalta a necessidade de políticas públicas mais eficazes na inclusão e expansão do exercício físico estruturado e planejado para pessoas idosas em todo o Brasil.

Palavras-chave: Legislação; Pessoas Idosas; Políticas públicas

MEMORIZANDO DIREITOS: O JOGO DA MEMÓRIA COMO FORMA EDUCATIVA DE FORTALECER E SOCIALIZAR OS DIREITOS DA PESSOA IDOSA

Bruna Luiza Morais Fernandes,

Malena Targino de Oliveira,

Donalia Candida Nobre

Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN

O presente relato de experiência é resultado do projeto de intervenção do estágio curricular obrigatório do curso de Serviço Social no Instituto do Envelhecer da Universidade Federal do Rio Grande do Norte. O número de pessoas idosas no Brasil vem aumentando a cada ano, e com isso, a necessidade de se pensar políticas públicas voltadas para a garantia da proteção social e dos direitos dessa população, além do fortalecimento e efetivação das políticas que já existem, como a efetivação do Estatuto e da Política Nacional da Pessoa Idosa. Assim, durante o processo de estágio podemos observar desconhecimento sobre os direitos que são garantidos a esse segmento, bem como as mudanças que houveram em algumas dessas políticas, confirmando à necessidade de socialização, orientação e fortalecimento das políticas sociais, pensando estratégias e articulações que envolvam diferentes ações, a fim de que proporcione o conhecimento e a possibilidade de encaminhamento às redes socioassistenciais, de acordo com a realidade dos seus usuários. Diante dessa problemática, e da necessidade de pensar uma intervenção educativa, lúdica e coletiva, desenvolvemos a construção de um jogo com o objetivo de desenvolver um processo informativo sobre os direitos garantidos das pessoas idosas na busca do fortalecimento, garantia da cidadania e luta dos direitos dessa população. Portanto, foi construído um jogo da memória, onde as cartas tratavam de algum direito da pessoa idosa. Durante o jogo, era oportunizado debates com os participantes sobre cada direito presente nas cartas. O jogo foi aplicado em uma Instituição de Longa Permanência no Município de Natal, com alguns grupos de idosos. Os objetivos planejados foram alcançados, haja vista que possibilitou o acesso às informações sobre os direitos dessa população, além de contribuir para a informação, englobando assim, todas as ênfases propostas na construção do projeto. Assim, podemos relatar a relevância desse trabalho para as pessoas, pois proporcionou um espaço de socialização, questionamentos, orientações e fortalecimento das políticas sociais.

Palavras-chave: Pessoa idosa; Direitos Sociais; Jogo da memória.

MÉTODO “CAMINÁGUA” NA CURA DE DOENÇAS

Prof Raimundo Nonato Nunes,
Brenno Vinicius Rocha de Araújo,
Deyvisson de Araujo Santos,
Felipe Guedes da Silva,
Felipe Gabriel Tavares Teixeira,
André Araújo dos Santos,
Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN.

Introdução: A ciência deve estar em consonância com as necessidades da sociedade, que exige dos pesquisadores, respostas eficientes que tentem buscar soluções de baixo custo, para resolver inquietações emanadas das transformações, supostamente, inerentes ao surgimento de mudanças de comportamento das pessoas ou inovações tecnológicas rotineiras. O método “Caminágua”, teve como pressuposto, a facilidade de executá-lo, visto que, a água seria o elemento fundamental para a sua execução, dado à clientela a ser trabalhada, mas de sobremaneira, a facilidade de sua execução, considerando que a cidade de Natal é banhada pelo oceano, e que, por conseguinte, as possibilidades de sua concretude são de muitas perspectivas de êxito. **Objetivo:** Usufruir das propriedades da água na minimização e cura de problemas de saúde de pessoas com artrite, artrose, distrofia muscular dos membros inferiores, acidente vascular cerebral, hipertensão arterial, Parkinson, Alzheimer. **Metodologia:** O deslocamento é o princípio fundamental para a execução do método, sem o que não se consolida a intervenção. De acordo com a possibilidade de deslocamento do indivíduo, o trabalho é executado, geralmente, com ou sem auxílio de suporte humano ou material para realizar a atividade. O trabalho deve ser realizado diariamente, nos cinco dias da semana. **Resultados:** Apesar do grupo ser composto de pessoas com distintos problemas de saúde, observou-se uma significante melhora na recuperação e cura desses problemas, de acordo com o grau de comprometimento das mesmas. **Considerações Finais:** Considerando a importância de aliar ciência às necessidades da sociedade, o método "Caminágua" emerge como uma solução viável e acessível para uma variedade de condições de saúde, aproveitando as propriedades terapêuticas da água. Os resultados demonstram melhorias significativas na recuperação e cura de problemas como artrite, artrose, distrofia muscular, AVC, hipertensão, Parkinson e Alzheimer, mesmo em um grupo diversificado de pacientes.

Palavras-chave: Caminágua; Água; Saúde.

O EFEITO DO TREINAMENTO COM E SEM REALIDADE VIRTUAL, CONTROLE ATIVO NA ATENÇÃO VISUESPACIAL E NAVEGAÇÃO ESPACIAL

Elizabeth de Oliveira Barbosa^{1, 2, 3},
Renato Sobral Monteiro Junior^{1, 2, 3}

¹Grupo de Estudos e Pesquisas em Neurociência, Exercício, Saúde e Esporte-GENESES;

²Universidade Estadual de Montes Claros (Unimontes)

³Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de Minas Gerais-FAPEMIG

Introdução: As funções cognitivas prejudicadas são indicativas de comprometimento cognitivo. **Objetivo:** Verificar o efeito do treinamento com e sem realidade virtual, comparado com controle ativo na atenção visuoespacial e navegação espacial de idosos. **Metodologia:** Trata- se de um estudo experimental controlado e randomizado, aprovado pelo comitê de Ética em pesquisa, parecer n° 3513.873/2019. A amostra foi composta por 22 idosos com idade média ($68.72 \pm 5,92$). As avaliações foram realizadas pré e pós 26 sessões, em que se avaliou a navegação espacial (Floor- Maze. Test- tempo de planejamento – FMTP, tempo de labirinto – 1 FMT1 e tempo de labirinto 2- FMT2). Posteriormente foi realizada à randomização e alocação dos idosos para grupos de treinamento com realidade virtual (TcRV) e sem realidade virtual (Exercício de força com atividade cognitiva) (TsRV). Ambos os grupos treinaram com intensidade moderada. O grupo controle ativo (Treinamento aeróbico) (CA) realizou o treinamento com intensidade muito leve. Todas as intervenções tiveram duração total de 40-60 minutos. Para a análise dos dados o delta (resultado pós- intervenção subtraído do resultado pré-intervenção) foi calculado para os dados que apresentaram normalidade utilizou-se a ANOVA One-Way (TMTA, FMTP, FMT1 e FMT2) com o nível de significância $p \leq 0,05$. Em complemento, o tamanho do efeito (Cohe's d). **Resultados:** O delta dos desfechos analisados não apresentou diferença significativa entre os grupos no TMTA ($p = 0,43$), FMTP ($p = 0,09$), FMT1 ($p = 0,43$), e FMT2 ($p = 0,74$). Entretanto, o tamanho do efeito na comparação entre TcRV versus TsRV e CA mostrou melhora clínica na maioria dos desfechos na atenção visuoespacial efeito perfeito -6,36 e na navegação espacial mostrou, grande FMTP -1,46, perfeito FMT1 -25,72 e FMT2 -10,36. **Conclusão:** Entretanto, o treinamento com e sem realidade virtual apresentaram melhora clínica com maior efeito na atenção e navegação espacial de idosos em relação ao controle ativo.

Palavras Chaves: Idosos; Exercício Físico; Cognição.

O IMPACTO DA PRÁTICA DE EXERCÍCIOS FÍSICOS NO AUMENTO DA SOBREVIDA EM PACIENTES IDOSOS TERMINAIS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

André Jorge Nogues de Almeida,
Clara Uchôa Leite Santana,
Tiago Nogues de Almeida,
Lucas Bezerra Bandeira.

Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN

Introdução: A população idosa terminal enfrenta inúmeros desafios relacionados à fragilidade física e emocional associada a essa fase da vida, o que pode resultar em uma diminuição da capacidade funcional, aumento da vulnerabilidade a condições adversas e afetando diretamente a sobrevida. **Objetivos:** Esta revisão integrativa tem como objetivo investigar o impacto da prática de exercícios físicos na sobrevida de pacientes idosos terminais. Além de buscar compreender como a atividade física pode influenciar a longevidade e a qualidade de vida desses pacientes. **Metodologia:** Para realizar esta revisão integrativa, foram consultadas diversas bases de dados, incluindo PubMed, Science Direct, Medline e SciELO. A busca foi conduzida por dois revisores independentes no período de fevereiro de 2024 a março de 2024. Utilizou-se uma combinação de Descritores Em Ciências da Saúde na chave de busca, em inglês utilizando o operador booleano "AND": "Exercise" AND "Critical Illness" AND "Survival" AND "aged". **Resultados:** Os estudos destacam que a prática regular de exercícios físicos, adaptada às limitações dos pacientes idosos terminais, pode contribuir significativamente para a melhoria da sobrevida, a partir de um impacto positivo na capacidade funcional e na qualidade de vida desses pacientes. Essa melhora foi percebida mediante à minimização dos efeitos da sarcopenia, ainda mais comum no ambiente de leito de UTI associado à inflamação, imunossupressão e deficiência bioenergética, resultando em mais dias sem o ventilador respiratório e menos tempo de internação, além de prevenir a degradação óssea. **Considerações finais:** Os exercícios físicos podem atuar na promoção da sobrevida e da qualidade de vida em pacientes idosos terminais. A implementação de programas de exercícios adaptados e supervisionados pode representar uma ferramenta valiosa no cuidado paliativo desses pacientes, oferecendo não apenas benefícios físicos, mas também emocionais e psicossociais.

Palavras-chave: Exercícios; Idosos Terminais.

O PAPEL DO ENFERMEIRO DIANTE A PREVENÇÃO DA DISSEMINAÇÃO DO HIV EM PESSOAS IDOSAS

Ellen Renalle Martins Guedes,
Jayara Mikarla de Lira,
Jaqueline Araújo Paula
Lima; Lilia Costa Nascimento;
Maria Clara Moraes da Silva;
Vânia Ellen Bezerra Sousa.

Universidade Federal de Campina Grande - UFCG

Introdução: A alteração do perfil etário é um grande marco da sociedade atual, uma vez que o número de pessoas com mais de 65 anos cresce cada vez mais. Nesse sentido é necessário voltar o olhar para as implicações referente ao envelhecer, principalmente aos estigmas e transformações em torno de sua imagem e sexualidade. **Objetivo:** Demonstrar a importância do enfermeiro na prevenção do HIV/AIDS em pessoas idosas. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura nas bases de dados BVS e Pubmed, utilizando como descritores de saúde: “envelhecimento” AND “HIV” AND “prevenção”. A busca foi realizada no mês de março e filtrado o período de 2017 a 2021 no idioma português. **Resultados:** Com o grande número de pessoas idosas circulantes na sociedade, é possível perceber que um novo perfil epidemiológico surge para distintas morbidades, em especial a disseminação de doenças infectocontagiosas. Desta forma, é importante para os serviços de saúde ultrapassar as barreiras que impedem o controle da propagação de HIV em pessoas idosas. Entre os obstáculos a serem vencidos estão os estigmas que esse grupo carrega quanto a sua sexualidade - condicionando ações preventivas apenas aos jovens; a dificuldade do uso de preservativos devido ao medo de perder a ereção e sensibilidade. Ademais, a relação enfermeiro/usuário é uma ferramenta poderosa para a construção do vínculo nos serviços, facilitando a implementação de ações educativas, rodas de conversas, tirar dúvidas, escuta ativa. **Considerações finais:** Diante da complexidade e magnitude da doença não se pode realizar uma assistência voltada apenas para o tratamento, mas sim ampliar e reforçar as medidas preventivas guiadas para esse público alvo. Considerando os entraves da doença e da faixa etária a ser assistida.

Palavras-chave: Prevenção; HIV; Pessoa idosa.

OFICINAS DE ARTETERAPIA COM IDOSOS RESIDENTES EM ILPI: PROJETO DE EXTENSÃO DA ESCOLA MULTICAMPI DE CIÊNCIAS MÉDICAS

Giselly De Souza Bueno¹,
Alida Andriely Santos Silva¹,
Brenner Dorneles Medeiros De Moraes¹,
Hyan Inácio De Oliveira Santos Lopes¹,
Pablo Henrique Batista De Sousa¹,
Túlia Fernanda Meira Garcia²

¹Discente da Escola Multicampi de Ciências Médicas/ Universidade Federal do Rio Grande do Norte.

²Fonoaudióloga, Professora pesquisadora, Mestre em Educação, Doutorado em Gerontologia.

Introdução: O envelhecimento populacional demanda maior investimento em terapias não farmacológicas que promovam saúde e qualidade de vida em idosos comunitários ou institucionalizados. Destacamos a arteterapia por promover ganhos em habilidades cognitivas, socialização, comunicação, autopercepção de saúde e bem-estar-subjetivo. Ações de cunho educativo, cultural e científico nos cursos de medicina ao desenvolvimento de arteterapia com residentes em instituição de longa permanência para idosos (ILPI) são fundamentais. **Objetivo:** Relatar ação de extensão em arteterapia para idosos de uma ILPI. **Metodologia:** Trata-se de estudo descritivo, qualitativo, tipo relato de experiência, sobre projeto de extensão da EMCm, desenvolvido em Caicó-RN em 2023. Foram realizadas atividades de pintura guache e lápis aquarelável, relatos orais, cantoria de repente. Participaram 10 idosos residentes, 08 alunos de medicina, 01 docentes, 01 assistentes social da ILPI. Foram adotadas metodologias ativas e abordagem gerontológica. Materiais como papel de maior gramatura em tamanho A3, lápis de cor, giz de cera, hidrocor jumbo, tinta guache e pincel, além de caixa de som e microfone. **Resultados:** O tema norteador "A vida de todo idoso institucionalizado importa" foi expressado na pintura livre incentivando a expressão autêntica dos idosos. Os alunos/facilitadores auxiliaram quando necessário. Ao final, as pinturas foram expostas na parede da ILPI e os idosos compartilharam seus trabalhos. A arteterapia revelou a capacidade da expressão criativa, narrativas orais autênticas, apoio mútuo, trocas intergeracionais e compreensão empática. A arte produzida reflete experiências de vida, criatividade, propósito, memórias significativas e perspectivas de vida, melhorando o bem-estar e saúde dos participantes. **Considerações finais:** A prática de pintura e desenho ressalta o poder transformador da arteterapia como uma ferramenta eficaz para promover o bem-estar e a qualidade de vida na ILPI.

Palavras-chave: Arteterapia; Envelhecimento Saudável; Bem-estar.

PERCEPÇÃO DE UMA ENFERMEIRA RESIDENTE APÓS IMPLEMENTAÇÃO DE UM GRUPO DE ATIVIDADE FÍSICA PARA IDOSOS

Patrícia Adriana Silva,

Enfermeira residente em Atenção Básica pelo Programa de Residência Multiprofissional em Atenção Básica da Escola Multicampi de Ciências Médicas da Universidade Federal do Rio Grande do Norte-EMCM/UFRN;

Eliel de Jesus Melo,

Profissional de Educação Física residente em Atenção Básica pelo Programa de Residência Multiprofissional em Atenção Básica da Escola Multicampi de Ciências Médicas da Universidade Federal do Rio Grande do Norte-EMCM/UFRN;

Vanei Pimentel Santos

Enfermeiro, Doutorando em Engenharia e Gestão de Recursos Naturais pela Universidade Federal de Campina Grande-UFCG.

Josilon Pereira da Silva,

Discente de Educação Física na Universidade Potiguar;

Introdução: Nas últimas décadas, observou-se um crescimento exponencial no processo de envelhecimento, o qual tem modificado consideravelmente o perfil demográfico e epidemiológico, apresentando características peculiares em cada pessoa idosa. Considerando as particularidades do envelhecimento e as necessidades e os profissionais de saúde estarem atentos às demandas específicas desse grupo, destaca-se a importância da Atenção Primária à Saúde nesse processo, sendo porta de entrada para os serviços de saúde. **Objetivo:** Relatar a experiência de implementação de um grupo de atividade física em uma unidade básica de saúde.

Metodologia: Trata-se de um relato de experiência delineado a partir de encontros semanais de um grupo de atividade física para idosos. Durante o grupo eram realizadas ações de educação em saúde, prática de atividades físicas e avaliação das medidas antropométricas. Nesse cenário são desenvolvidas ações de cunho educativo, preventivo e de promoção à saúde. **Resultados:** O grupo acontece duas vezes na semana, sempre no final da tarde em uma quadra da uma escola estadual do bairro. É nítida que a participação no grupo melhorou a socialização, autonomia e autoimagem dos participantes. A criação do vínculo do grupo também possibilitou uma visão ampliada do cuidado com a população idosa e melhorou a relação que eles tinham com a unidade básica de saúde. O grupo se tornou um espaço para mediar conflitos, promover aceitação da diversidade, fortalecer o diálogo e estreitar os laços entre usuários e equipe de saúde. Além de contribuir significativamente para a transformação das subjetividades e para a valorização da pessoa idosa, gerando autoconfiança e autocuidado. **Considerações finais:** A proposta do grupo mostrou uma percepção de saúde e novas formas de fazer saúde no território que ajudam a reduzir a demanda reprimida na continuidade do cuidado com a população idosa.

Palavras-chave: Saúde do Idoso; Atenção Primária à Saúde; Continuidade da Assistência ao Paciente.

PERFIL CLÍNICO E FUNCIONAL DE ADULTOS IDOSOS COMUNITÁRIOS PARTICIPANTES DO PROJETO DE EXTENSÃO ATIVIDOSO

Cristiano dos Santos Gomes,
Amanda Lorena Trindade de Lima,
Larissa Rayane Batista Barreto,
Sângela Maria Alencar Moura,
Fernando Damasceno de Albuquerque Angelo,
Francis Trombini-Souza
Universidade de Pernambuco - UFPE

Introdução: conhecer o perfil clínico e funcional de adultos idosos participantes de projetos de extensão é fundamental para uma melhor abordagem. Objetivo: descrever o perfil clínico e funcional de adultos idosos participantes do projeto de extensão ATIVIDOSO. Metodologia: este é um estudo descritivo com adultos idosos comunitários participantes do projeto de extensão universitária ATIVIDOSO (Atividade para Pessoas Idosas), cujo objetivo principal é promover a prática de exercícios físicos de forma gratuita na Universidade de Pernambuco Campus Petrolina para pessoas idosas da Região Administrativa Integrada de Desenvolvimento (RIDE) do Polo Petrolina (PE) e Juazeiro (BA). Foram coletados dados clínicos, o nível multidimensional de parâmetros funcionais (BOMFAQ), a velocidade de marcha (VM), o tempo para sentar e levantar cinco vezes de uma cadeira, o tempo de manutenção em apoio unipodal e a autopercepção sobre qualidade de vida (WHOQOL-bref) e uma amostra de 30 adultos idosos comunitários (60-85 anos; 90% do sexo feminino). Resultados: 36,6% dos participantes apresentaram dificuldade em realizar uma ou mais atividades básicas (ABVDs) ou atividades instrumentais de vida diária (AIVDs). Um total de 84% apresentou baixo risco de queda ($VM > 1,0 \text{ m/s}$), 12% tiveram risco de queda aumentado (VM entre 0,7 e 1,0 m/s) e 4% apresentaram um risco cinco vezes maior de sofrer queda ($VM < 0,7 \text{ m/s}$). Um total de 80% realizou o teste de sentar e levantar da cadeira por cinco vezes em até 11,9 segundos. Aproximadamente 68% não conseguiram realizar o teste do apoio unipodal, demonstrando que, apesar de níveis de força muscular satisfatórios, muitos apresentam comprometimento do equilíbrio postural unipodal. Obteve-se autorrelato de diagnóstico clínico de doenças cardiovasculares (10%), hipertensão arterial sistêmica (53,3%), diabetes (40%), dificuldade de respirar (16,6%), depressão (20%), osteoporose (36,6%), artrite/reumatismo (36,6%) e incontinência urinária (30%). A maioria apresentou uma percepção positiva em relação à qualidade de vida. Conclusão: o público feminino tem buscado mais formas para envelhecer de forma ativa e saudável por meio de projetos de extensão universitária. Apesar do perfil clínico com diversas condições de saúde autorrelatadas, o nível de funcionalidade e a autopercepção sobre qualidade de vida dos participantes do ATIVIDOSO podem estar sendo positivamente influenciados pelas práticas semanais do projeto.

Palavras-chave: Envelhecimento humano; Adulto idoso; Perfil Clínico-funcional.

PERFIL DE HÁBITOS DE VIDA E CONDIÇÃO DE SAÚDE DE ADULTOS E IDOSOS QUE BUSCAM ATENDIMENTO DE AVALIAÇÃO FÍSICA EM UM PLANO DE SAÚDE DO ESTADO DO RIO GRANDE DO NORTE

¹Ivson Thales Gomes Silvino,

²Antonio Paulo da Silva Oliveira,

¹Wilson Cezar Domingos de Azevedo,

¹Maristela Linhares dos Santos,

¹Leônidas de Oliveira Neto,

¹Hassan Mohamed Elsangedy

UFRN¹

UFTM²

Introdução: Os hábitos de vida predizem o desenvolvimento de diversas doenças. No Brasil, estima-se que as Doenças crônicas não transmissíveis são responsáveis por cerca de 72,6% das mortes. Considerando essas informações. **Objetivo:** Avaliar o perfil de hábitos de vida e condição de saúde de adultos e idosos que buscam atendimento de avaliação física em um plano de saúde. **Metodologia:** Trata-se de um estudo transversal realizado na Caixa Assistencial Universitária do Rio Grande do Norte (CAURN) com 654 pessoas, maiores de 18 anos de idade, sendo 450 adultos e 204 idosos. Para obter os dados da pressão arterial foi utilizado um esfigmomanômetro e aferido a pressão arterial no braço esquerdo do indivíduo. Para o diagnóstico de diabetes foi verificado exames sanguíneos. Os dados de bebida alcoólica e tabagismo foram obtidos através de questionário. Foram realizados procedimentos de estatística descritiva (absolutos e porcentagem) pelo software microsoft excel 365. **Resultados:** Na população estudada, a idade média foi de 47 anos, composta por 67,43% (n=441) mulheres e 32,57% (n=213) homens. Dos indivíduos avaliados, 28,75% (n=188) apresentavam hipertensão arterial e 13,30% (n=87) eram diabéticos. Observe-se que aproximadamente 57% dos indivíduos tinham o hábito de ingerir bebidas alcoólicas e fumar. A média do Índice de Massa Corporal (IMC) foi de 26,6 kg/m², considerando o sobrepeso da população estudada. **Considerações finais:** Esses dados reforçam a importância de programas de promoção da saúde e prevenção de doenças, especialmente para essa população. A identificação desses hábitos e condições de saúde pode auxiliar na implementação de estratégias de intervenção mais eficazes, visando a melhoria da qualidade de vida desses indivíduos.

Palavras chaves: Hábitos de vida; Condição de saúde; Plano de saúde.

PERFIL EDUCACIONAL DA POPULAÇÃO IDOSA MORTA PELA COVID-19 NO BRASIL

Danyllo do Nascimento Silva Junior¹,
Gabriela Góis Costa¹,
Maria Eduarda de Sousa Monteiro¹,
Thais Teixeira dos Santos¹,
Ádala Nayana de Sousa Mata¹,
Grasiela Piuvezam¹

¹Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN

Introdução: Até o ano de 2022, a COVID-19 foi responsável pela morte de mais de 15 milhões de indivíduos em todo o mundo, segundo dados da Organização Mundial de Saúde. No Brasil, os idosos foram as principais vítimas fatais da infecção. Para além da idade avançada como fator de risco para morte, a vulnerabilidade social e econômica dessa parcela da população exerceu influência nas altas taxas de mortalidade no território brasileiro. Assim, cabe destacar a escolaridade como fator impulsor para essa tendência. **Objetivo:** Caracterizar o perfil de escolaridade dos idosos que morreram devido à COVID-19 no período de 2020 a 2022 no Brasil. **Metodologia:** Trata-se de um estudo ecológico. Os dados foram obtidos dos websites do Ministério da Saúde do Brasil e do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). **Resultados:** O nível mais alto de escolaridade, 12 anos e mais, foi o que teve a menor proporção entre as pessoas idosas, sendo para o sexo masculino apenas 9,11% em 2020, 10,31% em 2021 e 9,25% em 2022. Por sua vez, para o sexo feminino, essa proporção foi 5,89% em 2020, 6,88% em 2021 e 6,35% em 2022. Essa realidade revela a educação como um importante determinante social responsável pela capacidade de enfrentamento do processo de adoecimento, uma vez que é esperado que indivíduos mais escolarizados possuem mais acesso à informação e à assistência de saúde e adotem veemente medidas de prevenção e cuidados. **Considerações finais:** O entendimento dos elementos que influenciam o desfecho morte na população idosa é necessário para a criação e implementação de políticas públicas que busquem minimizar os impactos negativos oriundos de epidemias de doenças infecciosas e de altas taxas de transmissão.

Palavras-chave: Covid-19; Idosos; Mortalidade

PERFIL EPIDEMIOLÓGICO DE UMA POPULAÇÃO IDOSA DIAGNOSTICADA COM NEOPLASIAS MALIGNAS E DESORDENS POTENCIALMENTE MALIGNAS ORAIS

Renata Roque Ribeiro,
Jocélio Augusto Nogueira Júnior,
Caroline Fernandes da Costa,
Maurília Raquel de Souto Medeiros,
Maria Luiza Diniz de Sousa Lopes,
Ericka Janine Dantas da Silveira.
Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN

Introdução: As neoplasias malignas orais (NMO) e desordens potencialmente malignas orais (DPMO) representam um grave problema de saúde pública, especialmente para a pessoa idosa.

Objetivo: Investigar o perfil epidemiológico de uma população idosa diagnosticada com NMO e DPMO. **Metodologia:** Trata-se de um estudo observacional transversal, caracterizado pela análise retrospectiva dos prontuários arquivados dos pacientes idosos (≥ 60 anos) atendidos em um serviço de referência em diagnóstico oral do nordeste brasileiro entre 2010 e 2019, diagnosticados clinicamente com NMO e DPMO. Dados como sexo, idade, hábitos, doenças sistêmicas, sintomatologia, região anatômica, tempo de evolução, diagnóstico clínico e compatibilidade com o diagnóstico histopatológico foram coletados e categorizados.

Resultados: No total, 4473 pacientes foram atendidos, sendo realizados diagnósticos clínicos de 159 NMO e 510 DPMO, dos quais 95 (59,74%) e 206 (40,39%) foram em idosos, respectivamente. Em ambos grupos, a maioria era do sexo masculino, na faixa etária de 60 a 69 anos, tinham o hábito de fumar e consumir bebidas alcoólicas e atividade profissional com exposição solar crônica. A maioria das NMO era de carcinoma epidermóide oral (91,6%), sendo a maior parte sintomática (84,2%), com tempo de evolução médio de 11 ± 18 meses, e o assoalho de boca foi o local mais acometido (27,4%). A maioria dos casos de DPMO foi de queilite actínica (41,7%), sendo o lábio a localização mais acometida entre todas as DPMO (42,2%). Os casos de DPMO eram em sua maioria sintomáticos (52,1%), com tempo de evolução médio de 52 ± 106 meses. **Considerações finais:** As NMO foram mais frequentes na população idosa no período do estudo, e o perfil epidemiológico reafirma aquele encontrado na literatura. Destaca-se, portanto, a importância da detecção precoce dessas lesões para proporcionar um manejo adequado e consequentemente promovendo qualidade de vida.

Palavras-chave: Neoplasias malignas orais; Desordens potencialmente malignas

AVALIAÇÃO DA PREOCUPAÇÃO, RISCO E MENSURAÇÃO DA FREQUÊNCIA DE QUEDAS E DO CONDICIONAMENTO DE MEMBROS INFERIORES EM IDOSOS COM DOENÇAS CRÔNICAS NÃO TRANSMISSÍVEIS ATENDIDOS EM UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE DE GURUPI- TO

Maisa Bruna de Moraes Teixeira do Nascimento,
Deise Aparecida de Almeida Pires Oliveira
UniEVANGÉLICA, Universidade Evangélica de Goiás

As alterações crônico-degenerativas inerentes à pessoa idosa levam a um problema de grande proporção: o medo de cair, tanto para caidores, como para não-caidores. Essa situação traz consequências graves para o idoso, como: declínio funcional, restrição social, diminuição da qualidade de vida e institucionalização. Sua prevalência é maior em mulheres e em pessoas com história prévia de quedas. As doenças crônicas são definidas como infecções de saúde que acompanham os indivíduos por longo período podendo apresentar momentos de piora (episódios agudos) ou melhora sensível. Os fatores de risco para o desenvolvimento das doenças crônicas não transmissíveis vêm sendo classificados como modificáveis ou não modificáveis. Entre os fatores modificáveis, estão a hipertensão arterial, a ingestão de álcool em grandes quantidades, o diabetes mellitus, o tabagismo, o sedentarismo, o estresse, a obesidade e o colesterol elevado. Já entre os fatores não modificáveis, destaca-se a idade, havendo clara relação entre o envelhecimento e o risco de desenvolver doenças crônicas não transmissíveis. Outros fatores não modificáveis são a hereditariedade, o sexo e a raça. Neste contexto o presente estudo tem como objetivos: Aferir a preocupação e o risco de quedas, mensurar frequência de quedas e condicionamento de força de membros inferiores em idosos com mais de 60 anos do sexo feminino e masculino, cadastrados em programas de doenças crônicas não transmissíveis na Unidade básica de Saúde Vila São Jose, Gurupi / TO. A metodologia utilizada se deu com a aplicação da Escala de Eficácia de Quedas (FES-1) que avalia o medo de cair em atividades de Vida diária (VD), Atividades Físicas (AF) e Atividades Sociais (AS), a pergunta: Quantas vezes caiu nos últimos 12 meses? E o teste Sentar e Levantar que avalia o condicionamento de força de membros inferiores, os protocolos foram aplicados em um único momento para obtenção de dados em uma sala reservada da Unidade Básica de Saúde Vila São José em Gurupi/To, no período de janeiro a fevereiro de 2024. Os resultados das análises coletadas a partir dos instrumentos aplicados, foram analisados da seguinte forma: As variáveis sexo e doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs) foram descritas por meio do cálculo das frequências absoluta e relativa de cada categoria. A variável sofreu queda nos últimos 12 meses para cada categoria de sexo através das teses de comparação de dois grupos levando em consideração a natureza das variáveis resposta, o teste-t foi utilizado quando a suposição de normalidade da distribuição de variáveis numéricas não foi rejeitada pelo teste Shapiro-Wilk e o Mann-Whitney quando não foi acatada ou quando a variável resposta é categórica ordinal considerando nível de significância de $p<0,05$. As variáveis medo de cair foram descritas por meio das estatísticas descritivas de tendência central e dispersão, e as variáveis classificação do medo de cair por meio do cálculo das frequências absoluta e relativa de cada categoria. Os resultados trazem a análise de 213 indivíduos, cujas características demográficas e comportamentais forammeticulosamente analisadas. Em relação à distribuição por sexo, a maioria dos participantes foi do sexo feminino, representando 67.6% da amostra, enquanto os participantes do sexo masculino compreenderam 32.4%. Em relação às doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs), a maioria dos participantes relataram ter diabetes (56.8%), seguido por hipertensão e diabetes (32.4%), hipertensão isolada (10.3%) e doenças cardíacas (0.5%). No que se refere a preocupação e risco de quedas durante a prática de Atividade física foram andando sobre

superfície escorregadia (55%), Caminhando sobre superfície irregular (51%), Subindo ou descendo uma ladeira (46%), Subindo ou descendo escadas (42%) e Pegando algo acima da sua cabeça ou no chão (30%). As situações com menor preocupação ao risco de quedas durante a prática de atividades sociais como caminhando pela vizinhança (10%), no que se refere a atividades de vida diária e ainda, nas atividades sociais no que se refere ao medo de cair preparando refeições simples (9%), visitand amigo ou parente (8%) e Indo a uma atividade social (8%). A variável Medo de cair, variou entre 16 e 64. Sua média foi 28.32, com desvio padrão de 10.01. A mediana é 26 e o intervalo interquartil é 11 .Em relação à variável classificação, tivemos os grupos sem preocupação com quedas (32.9%), 23 a 30 preocupação com queda esporádica (38.5%) e 31 acima preocupação com queda recorrente (28.6%). Avaliando o número de quedas nos últimos 12 meses ,foi verificado que 59.2% não sofreu nenhuma queda, enquanto 22.1% sofreu uma vez, 10.8% sofreu duas vezes e 8% sofreu mais de 3X. No que tange o condicionamento de força de Membros inferiores realizado pela teste de Sentar e Levantar, tivemos os grupos baixo condicionamento de força de membros inferiores - risco de quedas (69%) e condicionamento normal de força de membros inferiores(31%). A variável tempo total (segundos), variou entre 4 e 36.02. Sua média foi 12.83, com desvio padrão de 5.44. A mediana é 11.34 e o intervalo interquartil é 5.56. Em relação à variável classificação em segundos, tivemos os grupos Até 10 segundos – desempenho normal para adultos saudáveis. Baixo risco de quedas (40.8%), entre 11 e 20 segundos – Normal para idosos frágeis ou com debilidade, mas que se mantêm independentes na maioria das atividades de vida diária. Baixo risco de quedas (48.8%), Entre 21 e 29 segundos – Avaliação funcional obrigatória. Indicado abordagem específica para a prevenção de queda. Risco de quedas moderado; (8.9%) e Maior ou igual a 30 segundos – Avaliação funcional obrigatória. Indicado abordagem específica para a prevenção de queda. Alto risco para quedas. (1.4%). O envelhecimento traz como consequências mais diretas a modificação do perfil epidemiológico brasileiro, com crescimento significativo das doenças denominadas crônicas não transmissíveis. Entre elas, a hipertensão e diabetes que ocupam um efetivo espaço no hall das doenças crônicas comuns entre os mais velhos. As quedas em indivíduos acima dos 60 anos são tão frequentes que há muito tempo são aceitas como efeitos “naturais” do envelhecimento. Tal observação repousa no fato que pelo menos 30% dos idosos no Brasil sofrem um episódio de queda por ano, sendo que as mulheres têm uma frequência de quedas um pouco mais elevada que os homens da mesma faixa etária. A queda e o medo de novas quedas constituem graves problemas para a população idosa. O estudo permitiu observar que existe um medo considerável parte de idosos, com novas quedas em atividades básicas do dia-a-dia e que, por isso, políticas públicas, visando a minimizar o número de quedas e orientar a população, devem ser priorizadas, contribuindo para que idoso não se prive das atividades ao ar livre, atividades que lhe traga autonomia e que lhe proporcione convívio social e ainda, há a necessidade de intervenções, visando à implementação de estratégias de prevenção e promoção da saúde para melhorar o perfil dos brasileiros no que diz respeito à exposição aos fatores de risco para as doenças crônicas não transmissíveis.

Palavras-chave: Medo de cair; Condicionamento de membros inferiores; Risco de quedas.

PRESSÃO ARTERIAL, EMPUXO E PRESSÃO HIDROSTÁTICA

Prof Raimundo Nonato Nunes,
Brenno Vinicius Rocha de Araújo,
Deyvisson de Araujo Santos,
Felipe Guedes da Silva,
Felipe Gabriel Tavares Teixeira,
André Araújo dos Santos,
Universidade Federal do Rio Grande do Norte – UFRN

Introdução: Estamos diante de um problema de saúde, dado os prejuízos causados pela pressão arterial. Cabe-nos buscar sua resolução, sem dúvida, estão nas políticas públicas direcionadas a combater essa doença, dado a sua recorrência na sociedade moderna. Quando se pensa na execução de um projeto, analisam-se os seus custos, e a viabilidade de sua execução, pois está diretamente ligado aos recursos a ele destinados. O baixo custo de execução, é um elemento facilitador da sua operacionalidade. **Objetivo:** Tem como objetivo principal avaliar os efeitos da atividade física aquática, denominada "Caminágua", na pressão arterial de pacientes com idades entre 48 e 74 anos. Além disso, busca-se investigar a viabilidade e a eficácia dessa modalidade como uma intervenção de baixo custo para o controle da pressão arterial e potencialmente para a promoção da saúde cardiovascular. **Metodologia:** O ponto de partida é a aferição da pressão arterial, o que se repete no final da atividade. Os partícipes, são pacientes na faixa etária, entre 48 e 74 anos, transladaram-se no ambiente aquático, na profundidade de um metro e cinquenta centímetros, por cerca de cinquenta minutos, sem intervalos, em deslocamento regular durante a atividade. O deslocamento é feito com o movimento dos braços, aliados a passadas ritmadas. Finaliza-se realizando um alongamento generalizado, lexão e extensão dos joelhos. **Resultados:** Os pacientes submetidos à metodologia "Caminágua", com bom condicionamento, reduziram a pressão arterial logo após a atividade. Os pacientes iniciantes mantiveram a pressão alterada logo após a atividade, vindo a reduzir-se, entre vinte e trinta minutos, tendo terminado a atividade. Verificou-se a redução da pressão arterial, também nos pacientes com pressão resistente. **Considerações Finais:** Fica evidente que a atividade "Caminágua" pode desempenhar um papel importante no controle da pressão arterial e na promoção da saúde cardiovascular, especialmente para pacientes com diferentes níveis de condicionamento físico e condições de saúde. O baixo custo e a simplicidade desta intervenção a tornam uma opção atrativa para programas de saúde pública e políticas de promoção da saúde, oferecendo uma abordagem acessível e eficaz para a gestão da pressão arterial e potencialmente para a prevenção de doenças cardiovasculares.

Palavras-chave: Pressão; Arterial; Caminhágua; Saúde.

PROEIDI - PROJETO DE INCLUSÃO DIGITAL PARA PESSOA IDOSA

Bianca Maciel Medeiros,
Francisco Carlos de Nascimento e Lima,
Rayana Mayra Mendes Cardoso,
Sarah Carla Gomes de Campos,
Vinícius Eudes Galdino, Fernandes,
Isabel Dillmann Nunes.

Universidade Federal do Rio Grande do Norte – UFRN

Introdução: Às pessoas com mais de 60 anos são, geralmente, associadas ao declínio cognitivo e fora do mundo do trabalho e da sociedade. A inclusão digital, nesse contexto, traz não somente o acesso às tecnologias do nosso dia a dia, como também o desenvolvimento de habilidades cognitivas e o sentimento de pertencimento social. **Objetivo:** O objetivo geral do ProEIDI é possibilitar que as pessoas idosas possam se envolver com o processo tecnológico contemporâneo, de forma que melhore sua qualidade de vida, incluindo os aspectos da saúde e aproximação social. Para tanto, acontecem aulas presenciais dentro de uma metodologia que visa o protagonismo do idoso. **Metodologia:** Os cursos ofertados são de Smartphone Básico e Avançado, Computador e Pensamento Computacional. Atualmente, com 8 turmas ao total, o projeto atende de 14 a 16 alunos em cada turma, utilizando uma estrutura de ensino de 1 monitor para cada 2 alunos idosos. Além disso, cada turma possui 2 professores em sala. As turmas possuem material didático próprio, atividades em sala e em casa e um evento no final do curso chamado ProEIDICONNECTA, que reúne todos os alunos em uma gincana de aprendizado, diversão e desafios. **Resultados:** O ProEIDI atende semestralmente em torno de 120 pessoas idosas, de diferentes regiões da cidade de Natal/RN e com diferentes níveis socioeconômicos, permitindo uma diversidade de aprendizados tanto no meio tecnológico quanto no social. **Considerações finais (ou Impacto social):** O projeto mostra-se cada vez mais uma forma de incluir a pessoa idosa no mundo atual, que muitas vezes são negligenciadas e se sentem incapazes, trazendo de volta também sua autoestima e independência. Alunos que após o curso voltaram para a graduação, ingressaram para o mundo do trabalho novamente ou desenvolveram suas habilidades cognitivas significativamente, demonstram o resultado mais do que satisfatório do projeto.

Palavras-chave: Inclusão digital; Desenvolvimento Cognitivo; Inclusão social.

PROJETO NAMASTÊ: RELATO DE EXPERIÊNCIA DE EXTENSIONISTAS MEDIADORES NA PRÁTICA DE YOGA PARA PESSOAS IDOSAS

Elias Filgueira da Silva Junior,
Ana Cláudia de Araújo Coutinho,
Gabrielle Perrusi Vieira,
Lucas Veloso de Moura Alves,
Vinícius da Silva Saraiva,
Simone Bezerra Alves.

Universidade Federal da Paraíba - UFPB

Introdução: O yoga busca o desenvolvimento do indivíduo através da integração corpo-mente. O Hatha Yoga, através de ásanas (posturas) e pranayamas (controle respiratório), visa estimular o equilíbrio físico e mental do indivíduo. **Objetivo:** Relatar as experiências pessoais vivenciadas, competências e habilidades adquiridas pelos estudantes extensionistas por meio da mediação de práticas de yoga para pessoas idosas, promovidas pelo Projeto Namastê (UFPB). **Metodologia:** Trata-se de um estudo descritivo do tipo relato de experiência, sobre as atuações de extensionistas do projeto. Estes, antes de iniciar a facilitação de práticas de yoga para as pessoas idosas, passaram por um período de treinamento de 4 meses, onde sob a orientação das professoras coordenadoras do projeto, realizaram estudos teórico-práticos sobre yoga. Posteriormente, os extensionistas passaram a facilitar práticas de yoga para idosos sob supervisão das orientadoras. Após 8 meses, foi aplicado via Google Forms um questionário direcionado aos extensionistas (n=08). As respostas foram armazenadas em documento Word e analisadas descritivamente, considerando competências e habilidades adquiridas sob aspectos de desenvolvimento pessoal e profissional. **Resultados:** No aspecto físico, houve ganho de mobilidade, melhora no sono, maior consciência corporal e respiração. Mais de 50% relataram que aprenderam na prática a adaptar o conhecimento antes adquirido, às limitações físicas e mentais individuais. Destaca-se o aumento da percepção de empatia, da paciência, do comprometimento e da assiduidade durante as práticas. E 85% perceberam que nas práticas se comunicam com mais clareza, confiança e segurança. **Considerações finais:** As experiências relatadas mostraram que os benefícios adquiridos pelos extensionistas do projeto a partir da mediação das práticas de yoga, abrangeram o âmbito físico, mental e o desenvolvimento de habilidades sociais, sendo a formação humana integrada com a profissional.

Palavras-chave: Experiência; Estudantes; Yoga.

PROTÓTIPO IMERSIVO DE UM JOGO SÉRIO PARA REABILITAÇÃO DO EQUILÍBRIO POSTURAL SENTADO EM IDOSOS: ASPECTOS TÉCNICOS E FISIOTERAPÊUTICOS

Luiz Carlos Macedo de Medeiros,
Ellen Lima Xavier Farias,
Lara Cecília de Araújo Carlos,
Fabrícia Azevêdo da Costa Cavalcanti
Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN

Introdução: O uso de jogos sérios de Realidade Virtual (RV) na reabilitação de idosos, oportuniza o treinamento do seu equilíbrio postural, estimulando seu maior envolvimento durante a sessão. **Objetivo:** Descrever o desenvolvimento do protótipo imersivo de um jogo sério para reabilitação do equilíbrio postural sentado de idosos. **Metodologia:** Estudo descritivo, que buscou analisar o desenvolvimento de um protótipo imersivo para o equilíbrio postural em sedestação, realizado no Laboratório de Intervenção e Pesquisa em Realidade Virtual (LIPERV) e no Laboratório de Tecnologias Educacionais Assistivas e Multimídia (TEAM) da UFRN, entre junho de 2023 e março de 2024. Para o desenvolvimento da versão imersiva do jogo, inicialmente pesquisadores do TEAM tiveram acesso ao Oculus Quest 2 e observaram aspectos como: design, resolução, coloração, profundidade, motivação e grau de dificuldade. Após isso, deu-se início à criação do protótipo, baseado no jogo sério semi-imersivo Virtual Ter, já validado. Durante esse processo, realizou-se reuniões entre os profissionais da área de desenvolvimento de games e fisioterapeutas para testar o jogo e discutir aperfeiçoamentos. **Resultados:** O jogo foi desenvolvido em uma versão preliminar imersiva, com fase única e visão em primeira pessoa. Foi mantido o mesmo estímulo sonoro e cenário, porém, com objetivo terapêutico voltado para equilíbrio postural na postura sentada. O tronco recebeu estímulos do início ao fim do jogo, proporcionando controle postural, estimulando tônus muscular, esquema corporal e propriocepção. Também possibilitou a adição de objetivos voltados ao alcance funcional e função de membros superiores. **Considerações finais** (ou Impacto social): Concluiu-se que é pertinente considerar o uso da RV imersiva no tratamento fisioterapêutico para melhora do equilíbrio postural sentado em idosos. Destaca-se a necessidade de validação do novo game e a importância de uma equipe multidisciplinar para o desenvolvimento de um jogo sério.

Palavras-chave: Realidade virtual; Reabilitação; Equilíbrio Postural.

A PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA É MAIS FREQUENTE EM IDOSOS SAUDÁVEIS COMPARADO A IDOSOS COM DIABETES MELLITUS TIPO 2?

Luana Dantas da Silva,
Adriana Guedes Carlos,
Maria Clara Peixoto Marinheiro,
Ana Clara Teixeira Fernandes,
Pérsida Gomes de Souza Rocha,
Juliana Maria Gazzola

Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN

Introdução: A população idosa aumenta consideravelmente, o que é justificado pela maior expectativa de vida e um melhor controle de doenças. O Diabetes Mellitus tipo 2 (DM2) é uma das doenças crônicas mais prevalentes nesta população. Entre os principais fatores de risco para o DM, a inatividade física é evidenciada como um dos mais consideráveis, sendo responsável por 7% de todos os casos. A prática de atividade física tem um efeito depressor sobre os níveis de glicose sanguínea, pois há maior entrada de glicose nos músculos esqueléticos, logo, reduz a glicemia em pessoas com DM2. É fundamental programas de atividades físicas a longo prazo para o tratamento e prevenção do DM2. **Objetivo:** Verificar se a prática da atividade física é mais frequente em pessoas idosas saudáveis em comparação àqueles com DM2. **Metodologia:** Trata-se de um estudo transversal e analítico com 38 pessoas idosas diabéticas (27 mulheres e 11 homens), média etária de 68,03 (\pm 4,67) anos e 30 saudáveis (25 mulheres e 5 homens), média etária de 66,53 (\pm 4,98) anos. Não houve diferença estatística significativa entre os grupos e as variáveis sexo e idade. Os indivíduos responderam ao Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ), sendo categorizados como ativos/sedentários. Realizadas análises descritivas simples e comparativas entre pessoas idosas com e sem DM2 e variáveis qualitativas através do teste de Qui-quadrado. Um nível de significância de 5% foi adotado. **Resultados:** Pessoas idosas com e sem DM2 apresentaram baixa adesão à prática de atividade física (31,3%), (26,9%), respectivamente. Não foram encontradas diferenças estatísticas significativas entre os grupos e a variável atividade física ($p=0,159$). **Considerações finais:** Nesse sentido, a prática de atividade física se mostrou semelhante em pessoas idosas com e sem DM2. Pela condição clínica da DM2, é fundamental que as equipes de saúde incentivem a prática de atividade física, de forma a garantir um envelhecimento saudável.

Palavras-chave: Diabetes mellitus tipo 2; Atividade Física; Envelhecimento.

PRÁTICA DE HATHA YOGA: BENEFÍCIOS NOS ASPECTOS FÍSICOS, PSICOEMOCIONAIS E NAS RELAÇÕES INTERPESSOAIS DE MULHERES IDOSAS

Elias Filgueira da Silva Junior,
Ágatha Heloísa Cavalcanti Moura de Meneses,
Leonardo Mancini Di Egidio,
Vitória Freire Alves,
Luciana Teles Carneiro,
Simone Bezerra Alves.
Universidade Federal da Paraíba - UFPB

Introdução: A Organização Pan-Americana de Saúde destaca a importância do desenvolvimento de ações que visem promoção de saúde e qualidade de vida na população idosa com atuações no campo biológico, psicossocial, político e legal. Assim, a prática de Hatha Yoga pode ser considerada uma estratégia relevante para o aperfeiçoamento mental, corporal e espiritual da pessoa idosa. Objetivo: Avaliar a autopercepção de mulheres idosas praticantes regulares de yoga sobre aspectos físicos, psicoemocionais e nas relações interpessoais após período de um ano e cinco meses de prática de yoga. Metodologia: Este relato trata-se de um estudo quase-experimental, desenvolvido na Clínica Escola de Fisioterapia da Universidade Federal da Paraíba (UFPB), realizado com 10 voluntárias entre agosto de 2022 e até março de 2024. Os critérios de inclusão foram possuir idade superior a 60 anos e ser praticante assíduo do Projeto Namastê. Após o período de prática de yoga, duas vezes por semana, por um ano e cinco meses, foi solicitado, por um questionário de autoavaliação, que as voluntárias descrevessem se identificaram mudanças nos aspectos físicos, psicoemocionais e nas relações interpessoais. Resultados: Todas as participantes relataram melhorias nesses aspectos. Descritivamente, foi relatado que 30% das idosas apresentaram diminuição de dores, 20% delas informou melhora da flexibilidade e mobilidade, 20% melhora do sono e 40% melhora no equilíbrio. Nos aspectos psicoemocionais e interpessoais foram indicados principalmente: aumento da qualidade de vida, tolerância, calma, concentração, autoestima e felicidade, diminuição da ansiedade, e melhora na comunicação. Conclusão: Pode-se concluir que a prática regular de Hatha Yoga proporcionou benefícios na saúde de mulheres idosas, considerando aspectos físicos, psicoemocionais e nas relações interpessoais.

Palavras-chave: Yoga; Idosas; Saúde.

QUALIDADE DE VIDA, INSEGURANÇA ALIMENTAR E ESTADO NUTRICIONAL DE IDOSOS: ESTUDO BRAZUCA NATAL

Fernanda Keila Valente Batista,
Nila Patrícia Freire Pequeno,
Layanne Cristini Martin Sousa,
Alanderson Alves Ramalho,
Severina Carla Vieira Cunha Lima,
Clélia de Oliveira Lyra

Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN

Universidade Federal do Acre (UFAC), Rio Branco, Acre- Brasil

Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico – CNPq.

Introdução: A Qualidade de Vida (QV) se refere a percepção do indivíduo de sua posição na vida, no contexto cultural, valores nos quais vive e em relação aos seus objetivos, expectativas e preocupações. Nos idosos, alguns fatores podem afetar negativamente a QV, como a insegurança alimentar (IA) e o estado nutricional. **Objetivo:** Avaliar a associação da IA e estado nutricional com a QV de idosos. **Metodologia:** Estudo transversal, com 190 idosos. A análise da QV foi realizada por meio da escala WHOQOL-Bref e a IA pela da Escala Brasileira de Insegurança Alimentar (EBIA). O estado nutricional foi classificado de acordo com Índice de Massa Corporal (IMC): Baixo peso: $\leq 22 \text{ kg/m}^2$, eutrofia: $22\text{-}27 \text{ kg/m}^2$ e excesso de peso: $\geq 27 \text{ kg/m}^2$. A análise estatística incluiu frequências absolutas e percentuais com intervalos de confiança 95%. O teste qui-quadrado de Pearson foi utilizado para verificar a associação entre as variáveis. **Resultados:** A IA foi observada em 35,3% dos domicílios (IC95% 28,4-42,1). A QV foi avaliada como “boa” ou “muito boa” por 63,2% (IC95% 56,3-70) e como “muito ruim”, “ruim” ou “regular” por 36,8% (IC95% 30-43,7) dos idosos. Em relação ao estado nutricional, a maioria estavam com excesso de peso (60%; IC95% 52,6-74,6-66,8). A associação mostrou que 58,2% dos idosos que estavam em IA avaliaram a QV como “muito ruim”, “ruim” ou “regular” e 74,8% que estavam em Segurança alimentar avaliaram como “boa” ou “muito boa” ($p=0,000$). A associação do estado nutricional com a QV mostrou que 43% dos idosos com excesso de peso avaliaram como “muito ruim”, “ruim” ou “regular” a QV ($p=0,054$). **Considerações finais:** Conclui-se que o excesso de peso e a IA foram associadas com uma pior percepção da QV, destacando a importância da Segurança nutricional e do estado nutricional saudável para uma melhor QV por essa população. É relevante destacar que IA e excesso de peso podem causar prejuízos no processo de envelhecimento, dificultando a promoção de um envelhecimento saudável.

Palavras-chave: Idoso; Insegurança alimentar; Qualidade de vida.

QUALIDADE DO SONO E SUA RELAÇÃO COM A FAIXA ETÁRIA EM IDOSOS HIPERTENSOS

Brenda Faustino de Medeiros,
Deigson Roney da Silva Melo,
João Guilherme de Araújo Santos,
Layane Priscila Costa da Silva,
Maria Eduarda Medeiros Andrade,
Íllia Nadinne Dantas Florentino Lima.
Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN

Introdução: Segundo a Associação Americana do Coração (American Heart Association - AHA), em sua última atualização, o sono foi inserido como item essencial para saúde cardiovascular ideal. As evidências científicas mostram que existe associação entre a medida de saúde do sono (regularidade, duração, satisfação e qualidade) com maior risco de desenvolvimento de doenças cardiovasculares. **Objetivo:** Avaliar a qualidade do sono através do Índice da Qualidade do Sono de Pittsburgh (PSQI) e sua associação com a faixa etária em idosos hipertensos. **Metodologia:** Trata-se de um estudo transversal, aprovado pelo CEP (número: 3.204.568), onde foram incluídos 61 idosos com diagnóstico de Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS), divididos em três faixas etárias: 60-69 anos, 70-79 anos e 80 anos ou mais. Os dados foram analisados através de estatística descritiva, para testar a normalidade foi realizado o teste de Shapiro-wilk e o teste Qui-quadrado para avaliar variáveis categóricas, adotando $p < 0,05$ para significância estatística. **Resultados:** A amostra foi categorizada por idade, na qual 39,3% estavam na faixa etária dos 60-69 anos, 32,7% 70-79 anos e 28% com 80 anos ou mais. Respectivamente, apresentavam média de Índice de Massa Corporal de $27,42 \pm 4,92$, $24,9 \pm 4,62$ e $25,53 \pm 4,53$ Kg/m². Em relação à qualidade do sono, 50% dos participantes entre 60-69 anos, 60% dos participantes entre 70-79 anos e 52,9% dos idosos com 80 anos ou mais possuíam uma boa qualidade do sono, já 50%, 40% e 47,1% respectivamente, possuíam uma pobre qualidade do sono em pelo menos dois componentes avaliados pelo PSQI. Quando comparadas as faixas etárias, não houve diferença na qualidade de sono entre eles ($\chi^2 = 0,742$), segundo PSQI. **Considerações finais:** Quase metade da amostra apresentou pobre qualidade do sono. Assim, reforçamos a importância da educação em saúde sobre o sono e como esta condição pode contribuir para minimizar as complicações das doenças crônicas, entre elas as doenças cardiovasculares.

Palavras-chaves: Sono; Doenças Cardiovasculares; Hipertensão.

RAZÕES MOTIVACIONAIS À PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA EM IDOSOS – ESTUDO PILOTO PARA SUBSIDIAR A ATENÇÃO PRIMÁRIA A SAÚDE

Thiago Santos de Araújo,
Ana Carolina Patrício de Albuquerque Sousa,
Tatiane Isabela de Araújo Leite,
Jane Cristina Medeiros Araújo,
Marcelo Viana da Costa,
Eudes Euler de Souza Lucena

Introdução: Ao entrarmos no século XXI, o envelhecimento populacional vem provocando aumento das demandas sociais e econômicas. A atividade física é uma importante estratégia para promoção da saúde, ocasionando inúmeros benefícios, dentre eles: maior longevidade, redução das taxas de morbidade e mortalidade, melhora na capacidade fisiológica em portadores de doenças crônicas, além de benefícios psicológicos. **Objetivo:** Este estudo teve como objetivo investigar as razões motivacionais à prática de atividade física em idosos, sendo relevante pelo fato de, no Brasil, ainda serem escassos estudos abordando as motivações da população idosa a prática de exercícios físicos regularmente. **Metodologia:** Trata-se de um estudo piloto, caracterizado como epidemiológico e transversal. Os dados foram coletados em Unidades Básicas de Saúde do município de Caicó (RN) de março a abril de 2020. Foi aplicado o Inventário de Motivação à Prática Regular de Atividade Física (IMPRAF- 54). Os dados foram armazenados e analisados em software estatístico. **Resultados:** Esse estudo contou com a participação de 30 indivíduos com 60 anos ou mais, a maioria do sexo feminino, e praticantes de atividade física de intensidade leve ou moderada. Nessa pesquisa identificou-se que as razões motivacionais que levam os idosos a praticarem atividade física foram relacionadas à Saúde (32,4%), Sociabilidade (29,7%), Controle do Estresse (27,8%), Lazer (25,5%) sendo menos motivada pela Estética (14,7%) e Competitividade (11,7%). **Considerações Finais:** Os achados deste estudo contribuem na elaboração de ferramentas que atendam às expectativas deste público, colaborando no planejamento de estratégias de promoção de saúde para idosos, visando um envelhecimento saudável e funcional.

Palavras-chave: Atenção primária à saúde; Atividade Física; Motivação

RECUPERAÇÃO DE VARIÁVEIS HEMODINÂMICAS DURANTE TESTE SUBMÁXIMO EM IDOSOS COM DOENÇAS CARDIOVASCULARES

Andreia Ravinia do Nascimento Oliveira,

Brenda Faustino de Medeiros,

Layane Priscila Costa da Silva,

João Guilherme De Araújo Santos,

Deigson Roney da Silva Melo,

Íllia Nadinne Dantas Florentino Lima

Universidade Federal do Rio Grande Do Norte - UFRN

Introdução: As doenças cardiovasculares (DCV) causam inúmeras repercussões tais como descondicionamento cardiorrespiratório, limitação à prática de atividade física e redução da qualidade de vida. Estas condições impactam nas variáveis hemodinâmicas de indivíduos idosos, mesmo quando as atividades geram esforços submáximos. **Objetivo:** Avaliar o comportamento das variáveis hemodinâmicas durante a realização do Teste de Caminhada de Seis Minutos (TC6) em indivíduos com DCV. **Metodologia:** Trata-se de um estudo transversal, aprovado pelo CEP (número: 2.678.689), onde foram incluídos 23 idosos com diagnóstico de DCV. Foram avaliadas a frequência cardíaca (FC), frequência respiratória (FR), saturação periférica de oxigênio sanguíneo ($\text{SpO}_2\%$), pressão arterial sistólica e diastólica (PAS, PAD) no repouso, ao final do TC6, no 1º e 2º minutos de recuperação. Os dados foram analisados através de estatística descritiva, para testar a normalidade foi realizado o teste de Shapiro-wilk, ANOVA one-way para comparação entre os momentos, adotando $p<0,05$ para significância estatística. **Resultados:** 23 indivíduos diagnosticados com DCV, sendo destes 26,08% homens e 73,92% mulheres, com média de idade de $61,47 \pm 8,65$ anos. Dentre os participantes, 43,48% tinham apenas HAS, 47,82% tinham HAS e DM, e 8,70% outras DCV. Além disso, praticavam atividade física regular, 8,69% eram tabagistas e 4,34% etilistas. Das variáveis estudadas, apenas a FC apresentou diferença estatística significativa ($p<0,0001$) quando comparados os momentos, final do teste e repouso. **Considerações finais:** Houve aumento da frequência cardíaca durante a realização do TC6, mesmo este sendo um teste submáximo, com volta aos valores basais após 2 minutos de recuperação, mostrando boa recuperação hemodinâmica na amostra estudada.

Palavras-chave: Doenças Cardiovasculares; Teste de caminhada; Idoso.

RELATO DE EXPERIÊNCIA SOBRE AÇÃO DO SETEMBRO LILÁS ORGANIZADA POR LIGA ACADÊMICA DE GERIATRIA NA CIDADE DE CAICÓ

Manuel do O de Souto Neto,
Cintia Gomes Cavalcante de Oliveira,
Thaís Araújo dos
Santos, Heverly Dayane da Silva Santos,
Luis Andrés Carrasco Garate,
Túlia Fernanda Meira Garcia.
Escola Multicampi de Ciências Médicas do Rio Grande do Norte

Introdução: O crescimento da população idosa no Brasil indica a importância dos profissionais de saúde se dedicarem à saúde geriátrica. As demências estão entre as prioridades da saúde pública, com destaque à Doença de Alzheimer (DA), a mais prevalente no mundo, com impacto biopsicossocial e econômico tanto para as pessoas com a doença como para quem cuida delas.

Objetivo: Descrever ação de extensão de educação em saúde que buscou sensibilizar a universidade, profissionais de saúde e a comunidade sobre DA e a atuação da Liga Acadêmica de Geriatria do Rio Grande do Norte (LAGERN) durante o setembro Lilás (SL). **Metodologia:** Trata-se de estudo exploratório-descritivo, qualitativo, tipo relato de experiência, com dados secundários, anonimizados, obtidos em relatórios da ação de extensão realizada em 2023. Graduandos em medicina da Escola Multicampi de Ciências Médicas, vinculados à LAGERN, organizaram e executaram a ação. A articulação institucional e coordenação foi conduzida por docentes. O SL, com o lema “Nunca é cedo demais, nunca é tarde demais”, teve como metas: educomunicação em mídias (rádio e Instagram); capacitação para profissionais; curso para cuidadores; aulas para acadêmicos e residentes; educação em saúde na feira livre; e, mobilização comunitária com a Caminhada “Para Nunca Esquecer”. **Resultados:** Execução de 100% das metas, mobilização intersetorial, alcance de público presencial de mais de 100 pessoas. Presença de público interno (graduação em Medicina, Residência Multiprofissional e Residência Médica) e externo (idosos, cuidadores, alunos de outras universidades, profissionais da rede de atenção ao idoso). Informações essenciais, conhecimentos atualizados e estratégias de cuidado à saúde e qualidade de vida foram abordados. **Considerações finais:** O evento contribuiu para a sensibilização da comunidade, atualização de conhecimentos e, podemos inferir, melhoria do cuidado nas demências. Sugere-se ações de extensão permanentes na área.

Palavras-chave: Geriatria; Doença de Alzheimer; Promoção em saúde.

RELATO DE EXPERIÊNCIA: IMPLEMENTAÇÃO DO PLANO DE ATENÇÃO À SAÚDE DO IDOSO NA ILPIS VÓ FILOMENA - CUITÉ, PB

Maria Clara Moraes da Silva,
Jayara Mikarla de Lira,
Lilia Costa Nascimento, Maria
Emilia Dantas Oliveira,
Francisco Gelzo da Silva Neto,
Vânia Ellen Bezerra Sousa.

Universidade Federal de Campina Grande - UFCG

Introdução: O Plano de Atenção à Saúde do Idoso (PLASI) é um instrumento fundamental para assegurar uma assistência completa e adequada aos idosos, considerando suas necessidades físicas, emocionais e sociais, promovendo assim um envelhecimento ativo e digno. **Objetivo:** Avaliar a eficácia da implementação do instrumento na Instituição de Longa Permanência “Vó Filomena” em Cuité-PB, garantindo uma atenção integral e de qualidade aos residentes idosos. **Metodologia:** Trata-se de um relato de experiência baseado nas atividades acadêmicas da disciplina de saúde do idoso, com enfoque na adoção de uma atenção humanizada e eficaz. Durante a disciplina de saúde do idoso, baseados nas experiências das discentes de enfermagem e do docente durante a visita na instituição, foi adotado uma consulta de enfermagem gerontogeriatrística, com levantamento de dados relacionados às queixas, diagnósticos, planejamento e elaboração de um plano de cuidados individualizado para os idosos da instituição. **Resultados:** Ao fim do período de observação, é notório uma significativa diminuição das alterações fisiológicas nos idosos, evitando a progressão da senilidade. O acompanhamento e cumprimento do plano de cuidados sistematizado mostraram-se essenciais para promover mudanças significativas na vida destes indivíduos, contribuindo para a promoção da saúde e a prevenção de doenças típicas dessa faixa etária. **Considerações finais:** A implementação do PLASI na Instituição de Longa Permanência “Vó Filomena” demonstrou ser uma estratégia eficaz para garantir uma assistência integral e de qualidade aos idosos, onde ressalto a importância de uma abordagem individualizada e centrada nas necessidades específicas de cada residente. Essa iniciativa visa promover um envelhecimento saudável e digno, respeitando a singularidade e a autonomia dos idosos.

Palavras-chave: Pessoa idosa; Plano de atenção; Cuidados de enfermagem.

REPRESENTAÇÕES PROFISSIONAIS E PRODUÇÃO DE SENTIDOS DO ENVELHECER

Sheyla Gomes Pereira de Almeida,
Erika dos Reis Gusmão Andrade.

Escola de Saúde da Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN),
Departamento de Fundamentos e Políticas Educacionais do Centro de Educação da UFRN

Introdução: O envelhecimento desponta como assunto carente de olhares que possam desvelar os horizontes vislumbrados a partir da longevidade, em seu processo multifacetado de produção de sentidos sociais e profissionais. **Objetivo:** realizar uma reflexão acerca da produção de sentidos sobre envelhecimento representado por profissionais de saúde, a partir dos conceitos admitidos à biomedicalização da velhice. Metodologia: trata-se de uma pesquisa bibliográfica.

Resultados: O termo biomedicalização foi cunhado a partir de reações advindas de gerontólogos sociais, que enxergaram o modelo biomédico e seu poder de controle social sobre o estrato populacional de idosos como danoso, visto que o exercício de definições sobre envelhecimento e proposição de soluções nos campos da pesquisa, intervenções de saúde e políticas sociais, foi considerado excedente (Neri et al, 2006). O sentido de envelhecimento vinculado à doença é selo impresso pelo modelo biomédico, facilitando a exposição da pessoa idosa a hostilidades praticadas por leigos, grupos profissionais e instituições sociais (Neri et al, 2006). A produção de sentidos ocorre na dinâmica social, em determinado contexto histórico, mediatizada por práticas discursivas, elaboradas pelo conjunto de sinais linguísticos em uso na temporalidade em que se constrói o sentido (Spink, 2013). Os sentidos acerca do envelhecimento elaborados por profissionais de saúde, gravitaram no início do século XX, em torno da velhice como doença, caracterizando as Representações Profissionais, categoria especial da representação social, que destaca papéis profissionais desempenhados pelos grupos de trabalhadores, dependendo da natureza social dos sujeitos e características de interação em determinada categoria profissional (Ratinaud, 2009). **Considerações finais:** a referida produção de sentidos impacta na construção das concepções do envelhecimento ativo engendradas por profissionais de saúde, visto estar na contracorrente de velhice como doença.

Palavras-chave: Representações Profissionais; Envelhecimento; Produção de sentidos

RESILIÊNCIA E NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA EM PESSOAS IDOSAS: UM ESTUDO TRANSVERSAL

Víctor Bezerra Mendes¹,
Cristiano dos Santos Gomes²,
Nilton José neto¹,
Daniele Samara dantas Lopes¹,
Eduardo Caldas Costa¹.

¹Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN

²Universidade de Pernambuco - UFPE

Introdução: a relação entre nível de atividade física e resiliência ainda é pouco compreendida em pessoas idosas. **Objetivo:** comparar a resiliência entre pessoas idosas fisicamente ativas e inativas do município de Natal, Rio Grande do Norte. **Metodologia:** trata-se de um estudo transversal realizado com dados da população potiguar durante a segunda onda de avaliação do estudo IMIAS (International Mobility in Aging Studies). Foram incluídas pessoas com idade entre 65-74 anos de ambos os sexos residentes na comunidade. A resiliência foi avaliada por meio do questionário RS-14 e o nível de atividade física pelo Mobility Assessment Tool for Walking. De acordo com as recomendações da Organização Mundial da Saúde, os participantes foram classificados em fisicamente ativos (> 150 min/sem atividade física moderada-vigorosa) e inativos. Os dados foram sumarizados por meio de estatística descritiva (média, desvio padrão, frequências relativas e absolutas). O teste t para amostras independentes foi utilizado para comparar a resiliência entre os grupos ativo e inativo. **Resultados:** participaram desta pesquisa 317 pessoas (sexo feminino: 52,7%). O escore médio de resiliência foi 77 ± 12 e 79 ± 12 para mulheres e homens, respectivamente. Entre as mulheres, 16,4% foram consideradas fisicamente ativas. Entre os homens, 27,5% foram considerados fisicamente ativos. Considerando toda a amostra, as pessoas fisicamente ativas apresentaram maior escore de resiliência (86 vs. 82 p<0,01). **Considerações finais:** nossos dados preliminares sugerem que pessoas idosas fisicamente ativas podem apresentar maior resiliência, aspecto importante para superação de eventos estressores nesta fase da vida.

Palavras-chave: Resiliência; Atividade Física; Envelhecimento.

SENTIMENTOS E COMPORTAMENTOS DE PESSOAS IDOSAS INSTITUCIONALIZADAS DURANTE O ISOLAMENTO SOCIAL DA PANDEMIA DE COVID-19

Kellen Rosa Coelho¹,

Iasmin Narciso²,

Cláudia Martins da Costa¹,

Gilson de Vasconcelos Torres²,

Eulália Maria Chaves Maia²

¹ Universidade Federal de São João del Rei - UFSJ

² Universidade Federal do Rio Grande do Norte – UFRN

Introdução: Durante a pandemia da Coronavirus Disease 2019 (covid-19) foram instituídas nas Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPIs) medidas preventivas para controle da propagação da doença, como isolamento social e redução de atividades em grupo. Acredita-se que o rigor sanitário na saúde dos residentes de ILPIs foi um aspecto negativo para a saúde mental desta população. **Objetivo:** Conhecer os sentimentos e comportamentos vivenciados por idosos institucionalizados durante o período de isolamento social da pandemia de covid-19, sob a óptica dos próprios idosos institucionalizados. **Metodologia:** Estudo exploratório-descritivo com abordagem qualitativa, com 13 pessoas idosas residentes em duas ILPI's filantrópicas do município de Divinópolis, Minas Gerais. Os dados foram coletados entre setembro e outubro de 2022, por meio de um roteiro semiestruturado com questões norteadoras sobre a vivência do isolamento social durante a pandemia. Utilizou-se análise de conteúdo, à luz da teoria de Dorothea Orem. A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa com parecer 5.407.900. **Resultados:** Emergiram das análises duas categorias temáticas: Sentimentos negativos e de apreensão dos idosos institucionalizados frente ao isolamento social da pandemia e Comportamento dos idosos institucionalizados durante o período do isolamento social da pandemia. Os idosos relataram medo, tristeza, preocupação, sofrimento, isolamento e desamparo, bem como agitação, nervosismo e comportamento de fé no período do isolamento social. **Consideração final:** O isolamento social causado pela pandemia de covid-19 repercutiu negativamente nos sentimentos e comportamentos dos idosos institucionalizados, exceto no estímulo à fé dos idosos.

Palavras-chave: Instituição de longa Permanência para idosos; Covid-19; Saúde Mental.

SEXUALIDADE NA TERCEIRA IDADE: UMA ANÁLISE DA UTILIZAÇÃO DE INSTRUMENTOS NA AVALIAÇÃO GERIÁTRICA AMPLA

Isaac Vinícius Dantas Ribeiro,
Larissa Souza Bezerra,
Letícia Maria Silva Evangelista,
Liz Camila Labrada Quevedo,
José Elimário Cardozo da Silveira.
Faculdade de Medicina de Olinda, Pernambuco

Introdução: No Brasil, a população idosa alcança 32 milhões. Na velhice, a sexualidade é um assunto negligenciado, desvalorizando sua importância para o bem-estar e qualidade de vida dessas pessoas. Contudo, é uma necessidade humana, a qual exige estratégias de análise na Avaliação Geriátrica Ampla (AGA), sendo um componente necessário para promover um envelhecimento ativo e saudável, reconhecendo a importância da sexualidade em toda a vida.

Objetivo: Avaliar a existência e a aplicabilidade de escalas que avaliem a sexualidade na AGA.

Metodologia: Trata-se de uma revisão integrativa, nas bases de dados Pubmed, Scielo e Medline, através dos descritores “Sexuality” AND “Aged” AND “Geriatric Assessment”. Foram considerados como critérios de inclusão a presença de artigos disponíveis na íntegra, em português e inglês, excluindo aqueles não relacionados ao tema do estudo. **Resultados:** Dentre os 31 artigos escolhidos, observou-se que a maioria aborda a sexualidade no idoso com enfoque na avaliação de disfunções orgânicas. Apenas 5 promoveram a visão geral da sexualidade a partir da análise dos âmbitos psicossocial e cultural, por meio da Escala de Vivências Afetivas e Sexuais do Idoso (EVASI). A sexualidade é um aspecto humano básico e ultrapassa a genitalidade, alcançando o prazer físico e mental e promovendo qualidade de vida. No entanto, há fatores biológicos e sociais que influenciam na atividade sexual na terceira idade, como a queda dos hormônios sexuais e a crítica social, respectivamente. **Considerações finais:** Desse modo, vê-se que ainda é escassa a abordagem da sexualidade nos idosos, permanecendo restrita às disfunções biológicas. Somando-se ao restrito conhecimento e ao uso da EVASI, observa-se que os estigmas da sexualidade dos idosos perduram, juntamente com a censura e a falha no cuidado integral. Assim, é necessário que o cuidado em saúde ao idoso agregue estratégias visando a saúde sexual, a fim de permitir melhor assistência em saúde e qualidade de vida.

Palavras-chave: Sexuality; Aged; Geriatric Assessment.

SOBRECARGA DOS CUIDADORES DE PACIENTES PÓS ACIDENTE VASCULAR CEREBRAL: UM ESTUDO TRANSVERSAL

Raweny Thayna Gomes dos Santos,
Ana Cecília de Medeiros Araújo,
Aline Braga Galvão Silveira Fernandes.
Faculdade de Ciências da Saúde do Trairi, Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN

Introdução: O cuidador geralmente possui diversas responsabilidades e elas provocam grandes impactos na saúde desses indivíduos. Podendo também interferir de forma negativa na função social, econômica, no bem-estar e na qualidade de vida. **Objetivo:** O estudo teve como objetivo avaliar a sobrecarga de cuidadores de pacientes pós- Acidente Vascular Cerebral (AVC), assim como, relacionar os aspectos ligados ao paciente e ao próprio cuidador. **Metodologia:** Estudo observacional, analítico e transversal, constituído por 32 participantes, sendo eles 16 pacientes diagnosticados com AVC e seus respectivos cuidadores. Os cuidadores foram avaliados quanto à sobrecarga do cuidado, incapacidade, ansiedade e depressão. Os pacientes foram avaliados quanto à incapacidade, ansiedade e depressão, função cognitiva e nível de deambulação. As avaliações ocorreram através de questionários específicos para cada domínio citado. **Resultados:** A maioria dos cuidadores eram do sexo feminino e as mesmas atuavam em outros serviços além do cuidado principal com o paciente. Também foi visto que os cuidadores apresentaram nível leve de incapacidade e uma sobrecarga de leve a moderada. Foi observada correlação da sobrecarga dos cuidadores com variáveis de ansiedade e incapacidade, principalmente nos domínios de participação e relações interpessoais desse mesmo grupo. Observou-se ainda, que não houve correlação entre a sobrecarga do cuidador e as variáveis relacionadas ao paciente cuidado. **Considerações finais:** É necessário que os profissionais de saúde voltem a atenção aos cuidadores, e não somente aos pacientes, pois são de grande relevância na dinâmica do ambiente familiar, tanto físico quanto social.

Palavras-chave: Acidente vascular cerebral; Sobrecarga; Cuidador.

TENDÊNCIAS TEMPORAIS NO ESTADO NUTRICIONAL DE IDOSOS ATENDIDOS NA ATENÇÃO BÁSICA DO RN: 2014 A 2023

Ellen Rafaela Silva,

Marcos Felipe Silva de Lima.

Faculdade de Ciências da Saúde do Trairí, Rio Grande do Norte.

Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN

Introdução: A saúde dos idosos requer atenção especial devido às mudanças biológicas que ocorrem nessa fase da vida, exigindo adaptações e acompanhamento nutricional para prevenir doenças. **Objetivo:** analisar a evolução do estado nutricional de idosos atendidos na Atenção Básica do RN ao longo de 10 anos, com foco na proporção de sobrepeso e baixo peso.

Metodologia: Utilizando dados do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN), examinamos a tendência temporal do estado nutricional de indivíduos com idade superior a 60 anos. O índice de massa corporal (IMC) foi empregado para classificar sobrepeso ($IMC \geq 27 \text{ kg/m}^2$) e baixo peso ($IMC \leq 22 \text{ kg/m}^2$). **Resultados:** Durante o período de estudo, observamos uma evolução nos índices de sobrepeso e baixo peso entre os idosos atendidos na Atenção Básica. Em 2014, a prevalência de sobrepeso foi de 46,17%, enquanto a de baixo peso foi de 16,45%. Em 2015, as proporções foram de 49,75% para sobrepeso e 12,83% para baixo peso. No ano seguinte, 2016, houve uma queda no índice de excesso de peso para 48,64%, e um aumento no de baixo peso para 13,27%. Em 2017, a prevalência de sobrepeso foi de 50,96%, enquanto a de baixo peso foi de 11,99%. Em 2018, 53,24% dos participantes estavam em sobrepeso, enquanto o baixo peso permaneceu em 11,09%. O ano de 2023 registrou a maior prevalência de sobrepeso, com 53,57%, e a menor de baixo peso, com 10,19%. Durante a pandemia, entre 2019 e 2022, não foram observadas alterações significativas nos índices de sobrepeso (variando entre 51,77% e 53,28%) e baixo peso (variando entre 10,6% e 11,18%).

Conclusão: Os resultados destacam a prevalência significativa de sobrepeso entre os idosos atendidos na Atenção Básica, ressaltando a importância de estratégias de intervenção para promover um estado nutricional saudável e prevenir doenças associadas. Esses achados reforçam a necessidade de políticas e práticas de saúde pública direcionadas a essa população vulnerável.

Palavras-chave: Saúde; Idoso; Sobrepeso.

VALIDADE DE PARÂMETROS POSTURAGRÁFICOS EM PESSOAS IDOSAS - RESULTADOS PRELIMINARES

Maria Clara Peixoto Marinheiro,
Ana Clara Teixeira Fernandes,
Luana Dantas da Silva,
Giane Amorim Ribeiro Samora,
Juliana Maria Gazzola,
Vanessa Regiane Resqueti.

Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN

Introdução: O envelhecimento pode gerar alterações nos sistemas sensoriais responsáveis pela manutenção do equilíbrio postural. A posturografia Horus® é um exame que avalia de forma quantitativa as oscilações do centro de pressão do indivíduo, contudo, sua validade com os testes funcionais em pessoas idosas ainda é pouco conhecida. **Objetivo:** Avaliar a validade dos parâmetros posturográficos da Horus® em pessoas idosas. **Metodologia:** Trata-se de um estudo transversal e analítico com 58 pessoas idosas dos sexos feminino e masculino, sendo 41 mulheres e 17 homens, com média etária de 67,5 ($\pm 5,6$) anos. A avaliação funcional e do nível de confiança no equilíbrio postural foi realizada pelo Mini-BESTest e ABC scale e a posturografia estática com provas dinâmicas Horus® em quatro condições sensoriais (C1 a C4) e o grau de desequilíbrio do indivíduo foi identificado pela razão entre elipse de confiança (oscilação postural na condição) e seu limite de estabilidade (EC/LE) e a velocidade média do centro de pressão nas direções anteroposterior e mediolateral (VM/ML, VM/AP). Todas as análises foram realizadas pelo software SPSS 20.0. Utilizamos testes não paramétricos (correlações de Spearman) entre Mini-BESTest e ABC scale versus as medidas de EC/LE, VM/ML, VM/AP. Foi considerado um nível de significância de 5%. **Resultados:** Observamos uma correlação moderada da EC/LE das C3 e C4 e Mini-BESTest, respectivamente ($p < 0,001$; $\rho: -0,53$) e ($p < 0,001$; $\rho: -0,50$). No ABC scale versus EC/LE da C1, C3 e C4 obtivemos uma correlação fraca ($p: 0,026$, $\rho: -0,33$), ($p: 0,029$, $\rho: -0,32$), ($p: 0,036$, $\rho: -0,31$), respectivamente. **Considerações finais:** Logo, pode-se observar que quanto maior a razão EC/LE (oscilação postural) menor será o escore do Mini-BESTest. Portanto, a posturografia Horus® apresenta validade na análise do grau de desequilíbrio de pessoas idosas, sobretudo com o Mini-BESTest e pode ser utilizada na prática clínica. Porém, é necessária uma amostra maior para confirmar estes achados.

Palavras-chave: Equilíbrio postural; Pessoa idosa; Funcionalidade.

VILA, VELHICE E VIDA: VII SEMINÁRIO DO ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL NA VILA DE PONTA NEGRA

Meine Siomara Alcântara,
Eliana Costa Guerra,
Andryele Eduarda de Araujo Medeiros,
Carla Daniele Barros de Souza,
Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN

Introdução: Desde os anos 1960, o Brasil caminha para um perfil demográfico de maior envelhecimento da sua população. Essa mudança acompanha uma alteração no perfil epidemiológico que põe as doenças crônicas não transmissíveis e, em particular, doenças degenerativas como um desafio a ser enfrentado sobre o horizonte do conceito ampliado de saúde. Com vista à promoção do envelhecimento com saúde e qualidade de vida, diversas organizações sociais que se fazem presente na Vila de Ponta Negra se uniram em prol de celebrar o Dia Nacional do Idoso, realizando um encontro direcionado a população idosa da comunidade. **Objetivo:** o “VII Seminário do Envelhecimento Saudável na Vila de Ponta Negra: vila, velhice e vida”, aconteceu no dia 9 de outubro, teve como objetivos a promoção de diálogos interdisciplinares sobre o envelhecimento saudável e apresentações socioculturais sobre o bem envelhecer. **Metodologia:** a realização do evento somou esforços do Instituto do Envelhecer e Departamento de Saúde Coletiva, ambos vinculados à UFRN, a USF e ao CRAS, além do Fórum Vila em Movimento. **Resultado:** o seminário atingiu um público de 85 pessoas, entre a população idosa, profissionais da saúde do território e discentes da UFRN, numa programação que envolveu: apresentações culturais do Coral Saúde em Canto e o grupo de Dança da Peneira - Estrela do Amanhã; palestras sobre “Sono saudável, envelhecimento com qualidade”, “Envelhecimento feminino: o que precisamos saber” e “Diálogos sobre violência financeira contra a pessoa idosa: tecendo redes para enfrentar”. Finalizando com um momento de prática de Yoga sentada. **Considerações finais:** o VII Seminário integra o calendário das ações de saúde da Vila de Ponta Negra, tendo proporcionado um espaço de reflexão e integração entre diversos atores sociais. O evento destacou a importância do diálogo interdisciplinar e da colaboração entre diferentes áreas para enfrentar os desafios relacionados ao envelhecimento.

Palavras-chave: Envelhecimento; Promoção da saúde; Violência Financeira.

VIVÊNCIA INTEGRADA NA COMUNIDADE: ESTRATÉGIAS PEDAGÓGICAS PARA A PROMOÇÃO DA SEGURIDADE SOCIAL DA POPULAÇÃO IDOSA NO SERTÃO POTIGUAR

Amanda Lima Sampaio,
Awdrey Lorenna Soares da Silva,
Brenner Dornelles Medeiro de Moraes,
Matheus dos Santos Batista,
Jean Lucas da Silva,
Ana Luiza de Oliveira.

Escola Multicampi de Ciências Médicas (EMCM)
Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN

Introdução: A seguridade social contempla ações intersetoriais para efetivar saúde, assistência e previdência, o que torna importante a formação de estudantes da saúde em temas do envelhecimento e suas necessidades sociais. Na Escola Multicampi de Ciências Médicas, uma estratégia pedagógica são os módulos Vivência Integrada na Comunidade (VIC), um internato longitudinal oferecido durante a graduação em medicina. Uma das ações formativas é a Aprendizagem Baseada em Projetos, que busca identificar as necessidades e transformá-las em objetivo de aprendizagem para desenvolver um projeto com participação da comunidade e da equipe de saúde da família (eSF). **Objetivo:** Relatar a experiência dos estudantes durante os módulos da VIC. **Metodologia:** Relato de natureza descritiva e exploratória durante os meses de junho/2023 a março/2024 no sertão potiguar. **Resultados:** Os módulos VIC oportunizam aprendizagem a partir da realidade local. Tendo a Atenção Básica como cenário, os estudantes são incorporados a uma Unidade Básica de Saúde (UBS). Durante as VICs ficou evidente a centralidade da população idosa, 12,68% dos usuários, como tema de um Projeto de Aprendizagem para a transformação da realidade local. Foram identificados desafios do envelhecimento e sua interface com o cuidado à saúde: precárias condições da infraestrutura urbana ao acesso à AB, carência de espaços de lazer e ausência de ações para empoderamento dos idosos. Assim, foi criado o projeto Alto da Boa Idade para promoção da saúde de idosos de modo intersetorial e interprofissional. O projeto já desenvolveu: i) Bingo de inauguração ii) Avaliação Geriátrica Amplia. **Considerações finais:** Elaborar projetos a partir da necessidade local é útil para a formação de estudantes da saúde. As VICs oportunizam tal experiência. A partir do Projeto em curso comprehende-se como promover saúde tem relação com a identificação da necessidade acerca do envelhecimento para buscar efetivar políticas públicas em favor da seguridade social.

Palavras-chave: Educação médica; Seguridade social; Envelhecimento saudável.

VIVÊNCIAS DISCENTES NO PROJETO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA “IDOSOS EM MOVIMENTO: DANÇA, EXPRESSÃO CORPORAL E ATIVIDADES RÍTMICAS”

Natália de Almeida Rodrigues,
José Cícero Pereira da Silva,
Luiz Ycaro Yuri da Silva,
Samiry Natacha de Melo Silva,
Rodrigo Cesar Lima Silva Muritiba,
Enaiane Cristina Menezes.
Universidade Federal de Alagoas - UFAL

Introdução: O projeto de extensão universitária “Idosos em Movimento: Dança, Expressão Corporal e Atividades Rítmicas” atende a comunidade que vive nas intermediações da Universidade Federal de Alagoas (UFAL-Maceió/AL) e busca contribuir para a formação do discente do curso de Educação Física da UFAL. Nesse contexto, a dança se apresenta como uma prática corporal com diversas possibilidades tanto para os idosos, que vivenciam uma experiência física, lúdica, emocional, social e expressiva, como para os discentes que experimentam possibilidades pedagógicas e ações humanizadas que servirão para a futura atuação profissional. **Objetivo:** Relatar a experiência dos discentes do curso de Educação Física no projeto de extensão universitária. **Metodologia:** Com abordagem qualitativa descritiva do tipo relato de experiências foram apresentadas as características das aulas de dança do projeto, que ocorreram nos meses de fevereiro/março de 2024, 2 vezes na semana com duração de 30min. **Resultados:** O projeto atendeu 18 idosos (77,78% feminino; 66,67% aposentados e 38,89% com fundamental incompleto). Na estruturação da aula considerou-se diferentes gêneros musicais (forró, samba, frevo, carimbó, dance, salsa e funk). Buscou-se um repertório rítmico variado para ampliar os conhecimentos dos discentes e proporcionar uma conexão com o idoso dançante. A aula variou entre momentos de dança estruturada, com sequências de movimento simples/complexa, lateralidades e gestuais expressivos e dança livre, para estímulo da criatividade, observando-se uma maior descontração nestes momentos. Os discentes variaram as formações no espaço (duplas, fileiras, círculos) para observarem as interações dos idosos nos níveis eu-eu, eu-outro e eu-espacô e estimular a consciência corporal e práticas acolhedoras e humanizadas. **Considerações finais:** O aprendizado do discente de Educação Física com práticas sensíveis e que consideram as particularidades do idoso são importantes para uma formação humanizada.

Palavras-chave: Práticas Corporais; Educação Física; Humanização.

O IMPACTO DA CIRURGIA CARDÍACA NA FORÇA MUSCULAR RESPIRATÓRIA DE PACIENTES IDOSOS

Beatriz Souza De Albuquerque Cacique New York
Ana Eugênia Vasconcelos Do Rêgo Barros,
Raiani Stefany Dos Santos Silva,
Débora Sidrônio Caetano,
Jéssica Amorim Magalhães

Introdução: O envelhecimento proporciona alterações cardíacas e musculoesqueléticas que podem ser ainda mais prejudicadas com cirurgias cardíacas abertas. **Objetivo:** Verificar o impacto da cirurgia cardíaca (CC) na força muscular respiratória (FMR) de pacientes idosos.

Metodologia: Estudo observacional transversal, realizado em uma Unidade de Recuperação de Cirurgia Cardíaca e Hemodinâmica e enfermaria cardiológica situada no Cabo de Santo Agostinho/PE, Brasil. Foram incluídos pacientes idosos submetidos à CC (troca valvar e/ou revascularização do miocárdio). Os pacientes foram avaliados e reavaliados quanto à avaliação clínica e respiratória (FMR - Pressão inspiratória máxima (Pimáx) e Pressão expiratória máxima (Pemáx)). Os dados foram analisados no SPSS versão 20.0. A normalidade dos dados foi realizada pelo teste Shapiro-Wilk. A correlação de Spearman foi utilizada para verificar a relação entre a FMR a pré-operatória e a predita e a correlação de Pearson para relacionar a FMR pré-operatória e pós-operatória. **Resultados:** Foram incluídos 15 idosos candidatos à CC, com $70,33 \pm 6,90$ anos. Não foi evidenciada diferença significativa entre a Pimáx predita e pré-operatória ($r=0,44$, $p=0,10$), todavia, foi houve diferença significativa entre a Pemáx predita e a pré-operatória ($r=0,76$, $p=0,001$). Além disso, pode-se observar que a maioria dos pacientes apresentava Pimáx (66,7%) e Pemáx (53,3%) pré-operatória abaixo do predito, aumentando a fraqueza em 13,3% na Pemáx pós-operatória (80%). Foram encontradas diferenças significativas entre a Pimáx pré-cirúrgica ($77,67 \pm 37,12$ cmH₂O) e após a cirurgia ($72 \pm 44,87$ cmH₂O) ($r=0,79$, $p=0,001$) e, entre a Pemáx pré-cirúrgica ($86,00 \pm 27,72$ cmH₂O) e após a cirurgia ($72,33 \pm 28,83$ cmH₂O) ($r=0,87$, $p=0,001$). **Considerações finais:** Foi evidenciado que a maioria dos idosos possuía fraqueza muscular antes da cirurgia e que se agravou no pós-operatório, sendo necessário propor estratégias preventivas de fortalecimento muscular respiratório.

Palavra- Chaves: Cirurgia Cardíaca; Idosos; Envelhecimento.

PROGRAMAS ACADEMIA DA SAÚDE DA CIDADE, PARTICIPAÇÃO ENTRE PESSOAS IDOSAS INTEGRANTES DE GRUPO DE CONVIVÊNCIA

Amanda Gabriella Tavares de Lima Furtado,
Maria das Graças Wanderley de Sales Coriolano,
Anna Karla de Oliveira Tito Borba,
Carla Cabral dos Santos Accioly Lins,
Rafael da Silveira Moreira,
Vanessa de Lima Silva.
Universidade Federal de Pernambuco – UFPE

Introdução: O incentivo às práticas de exercícios físicos é um importante objetivo de promoção da saúde do Sistema Único de Saúde (SUS). Os programas Academia da Saúde (PAS) e da Cidade (PAC) constituem estratégia de promoção da saúde e produção do cuidado por meio de ofertas de exercícios físicos para população do Recife-PE. **Objetivo:** Caracterizar a participação no Programa Academia da Saúde (PAS) ou da Cidade (PAC) entre pessoas idosas participantes de grupos de convivência. **Metodologia:** Foi realizado um estudo seccional, junto a 107 pessoas idosas integrantes de grupos de convivência do Distrito Sanitário IV do município do Recife. A coleta de dados foi realizada através de entrevistas no período de maio a junho de 2023. Foi realizada análise descritiva de dados por meio de frequência absoluta e relativa. **Resultados:** Cerca de 69% das pessoas idosas participantes de grupos de convivência não participam das atividades, apenas 31% realizam atividades do PAS ou PAC. Dentre os participantes, sua maior parte é formada pelo sexo feminino, casadas, pretas e com renda inferior a um salário mínimo. **Considerações finais:** A participação em PAS ou PAC foi considerada baixa. Destaca-se a importância dos programas para promoção do envelhecimento ativo e saudável entre as pessoas idosas mais vulneráveis. Além dos benefícios para a saúde física, como a prevenção de doenças crônicas e o fortalecimento muscular, a prática regular de exercícios promove melhorias significativas na saúde mental, proporcionando alívio do estresse e aumento da autoestima. Como também, o acesso a espaços e programas de atividade física, pode representar uma oportunidade valiosa de integração social, desenvolvimento pessoal e resiliência frente às adversidades. Além disso, a prática pode servir como uma ferramenta de inclusão, empoderamento e construção de redes de apoio, contribuindo para uma maior qualidade de vida e bem-estar geral.

Palavras-chave: Pessoas idosas; Exercício físico; Envelhecimento Saudável.

