

RELAÇÃO ENTRE ÍNDICE DE MASSA CORPÓREA E CAPACIDADE FUNCIONAL EM IDOSAS FÍSICAMENTE ATIVAS*

RELATIONSHIP BETWEEN BODY MASS INDEX AND FUNCTIONAL CAPACITY IN PHYSICALLY ACTIVE OLDER WOMAN

RELACIÓN ENTRE ÍNDICE DE MASA CORPÓREA Y CAPACIDAD FUNCIONAL EN IDOSAS FÍSICAMENTE ACTIVAS

Marcos Raphael Pereira Monteiro

raphael.fisio98@gmail.com

Antônio Gomes de Resende Neto

neto.resende-edf@hotmail.com

José Carlos Aragão Santos

carlosaragao.18@gmail.com

Gabriel Vinicius dos Santos

gabrielviniciusufs@gmail.com

Dermival Ribeiro Marques Neto

netoribeiro98@outlook.com

Marzo Edir Da Silva-Grigoletto

medg@ufs.br

Universidade Federal de Sergipe (UFS)

PALAVRAS-CHAVE: *Aptidão Física; Envelhecimento; Atividades Diárias.*

INTRODUÇÃO

O avanço da idade ocasiona alterações metabólicas e funcionais que afetam negativamente a composição corporal e autonomia do idoso. (WATERS; WARD; VILLAREAL, 2013, p. 1054-1061). Nesse contexto, o exercício físico tem um papel fundamental na atenuação dos declínio estruturais e na preservação da independência do senil (GARATACHEA *et al*, 2015, p. 57-89).

* O presente trabalho (não) contou com apoio financeiro de nenhuma natureza para sua realização.



OBJETIVO

O objetivo do atual trabalho foi analisar a relação entre índice de massa corpórea e capacidade funcional em idosas fisicamente ativas.

MÉTODOS

Trata-se de um estudo transversal que avaliou 62 idosas fisicamente ativas (64,1±2,8 anos). O índice de massa corporal (IMC) foi obtido por meio da razão entre a massa corporal em quilogramas e o quadrado da estatura em metros. Já a capacidade funcional foi verificada por meio do teste de caminhada de 6 minutos, no qual o escore final é relacionado à máxima distância percorrida pelo avaliado em um período de 6 minutos (TROOSTERS; GOSSELINK; DECRAMER, 1999, p. 270-274); e o teste de Sentar e Levantar em 5 repetições, em que é aferido o tempo mínimo em que a avaliada realiza cinco ações do movimento de sentar e levantar de uma cadeira sem auxílio dos braços (GUARALNIK *et al*, 1994, p. M85-M94).

Os dados foram expressos por meio de média e desvio padrão e foi realizado um teste de Correlação de Pearson no qual se adotou um valor de $p < 0,05$.

RESULTADOS

Foram encontrados valores de $IMC = 29,1 \pm 5,1 \text{ kg/m}^2$, Caminhada de 6 minutos = $565 \pm 58,3 \text{ m}$ e Sentar e Levantar = $16,3 \pm 5,4 \text{ s}$. Observou-se uma correlação inversa, fraca e estatisticamente significativa entre o IMC e o teste de Caminhada de 6 minutos ($-0,390$; $p = 0,002$). Já no que se refere ao IMC e teste de Sentar e Levantar não foi encontrada correlação significativa ($-0,217$; $p = 0,090$). O teste de Caminhada de 6 minutos e Sentar e Levantar da Cadeira apresentaram uma associação moderada e significativa ($+0,593$; $p = 0,001$).

DISCUSSÃO

Esta amostra apresentou uma correlação de que quanto menores os valores de distância percorrida no teste de Caminhada de 6 minutos, maior era o seu IMC. Na literatura atual, o aumento do IMC em idosas está relacionado à perda da mobilidade física, função muscular geral e função motora grossa, essenciais no teste de caminhada de 6 minutos. (AN; SHI, 2015, p. 336-344) (APOVIAN *et al*, 2002, p.740-747).

Foi encontrada também associação entre os testes de Caminhada de 6 minutos e o Teste de Sentar e Levantar, uma vez que ambos se apresentam como testes funcionais, se apresentando então como complementares em uma bateria de testes funcionais para idosos fisicamente ativos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Altos índices de massa corpórea podem influenciar negativamente no desempenho da habilidade funcional de marcha, mas parece não interferir na habilidade de sentar e levantar da cadeira em idosas fisicamente ativas.

REFERÊNCIAS

- AN, Ruopeng; SHI, Yuyan. Body weight status and onset of functional limitations in US middle-aged and older adults. *Disability and health journal*, San Diego, v. 8, n. 3, p. 336-344, 2015.
- APOVIAN, Caroline M. *et al*. Body mass index and physical function in older women. *Obesity research*, Boston, v. 10, n. 8, p. 740-747, agosto 2002.
- GARATACHEA, Nuria *et al*. Exercise attenuates the major hallmarks of aging. *Rejuvenation research*, Madrid, v. 18, n. 1, p. 57-89, 2015.



- GURALNIK, Jack M. *et al.* A short physical performance battery assessing lower extremity function: association with self-reported disability and prediction of mortality and nursing home admission. *Journal of gerontology*, v. 49, n. 2, p. M85-M94, março 1994
- TROOSTERS, Thierry; GOSSELINK, Rik; DECRAMER, Marc. Six minute walking distance in healthy elderly subjects. *European Respiratory Journal*, Leuven, v. 14, n. 2, p. 270-274, abril 1999.
- WATERS, Debra L.; WARD, Aimee L.; VILLAREAL, Dennis T. Weight loss in obese adults 65 years and older: a review of the controversy. *Experimental gerontology*, v. 48, n. 10, p. 1054-1061, fevereiro 2013.

