



ATIVIDADE CEREBRAL, AUTONOMIA FUNCIONAL E DESEMPENHO COGNITIVO DE IDOSOS COM DIFERENTES NÍVEIS DE ATIVIDADES FÍSICAS HABITUAIS

MARCELLE HENRIQUES BARROSO¹, ANDERSON PONTES MORALES², MAURICIO ROCHA CALOMENI³

(1) Bolsista PIBIC/ISECENSA – Curso de Educação Física; (2) Pesquisador Colaborador - Laboratório de Biociências da Motricidade Humana -LABIMH/ISECENSA; (3) Pesquisador Orientador - Laboratório de Biociências da Motricidade Humana -LABIMH/ISECENSA – Curso de Educação Física - Institutos Superiores de Ensino do CENSA – ISECENSA, Rua Salvador Correa, 139, Centro, Campos dos Goytacazes, RJ, Brasil

No Brasil, os dados mostram que 13% da população é formada por pessoas com mais de 60 anos e projeta-se que esse índice pode chegar a 29,3% em 2050. Neste contexto, o estudo tem como o objetivo traçar o perfil das variáveis: atividade cerebral, autonomia funcional e desempenho cognitivo de idosos com diferentes demandas de atividades físicas habituais. A amostra foi de 60 indivíduos, 72±8 anos, sendo 18% do gênero masculino, 82% do gênero feminino. Todos apresentam as mesmas condições sócio econômicas e utilizam regularmente os serviços das casas de convivência mantidas pelo programa de envelhecimento ativo e saudável da prefeitura de Campos dos Goytacazes/RJ. Além disso, deveriam ter condições mínimas para a prática de exercícios físicos comprovadas pela análise dos registros existentes e disponibilizados pelas casas de convivência. A atividade física habitual foi determinada pela versão modificada do questionário Baecke. A avaliação da atividade cerebral foi feita por equipamento de eletroencefalograma produzido pela Neurotec, modelo Neuromap EQSA260, sendo avaliados os pontos F7, F8, C3, C4, P3 e P4 relacionados as funções de memória, processamento mental e planejamento motor. A autonomia funcional foi avaliada através do protocolo GDLAM, e fragilidade foi mensurada utilizando a *Edmonton Frail Scale*. As avaliações foram feitas em sala cedida pelo órgão municipal que mantém as casas de convivência, e que foi devidamente preparada para minimizar o efeito de distratores como ruído excessivo e temperatura elevada. Os participantes foram avaliados individualmente de acordo com as especificações de cada protocolo. Os dados foram analisados descritivamente e através de comparações entre as variáveis. Com relação à fragilidade, os resultados mostram que o perfil dos participantes foi aparentemente vulnerável, e, com relação à autonomia funcional, nenhum participante alcançou pontuação que permitisse uma classificação além de “fraco”. Os participantes mais ativos de acordo com o Baecke tiveram melhor desempenho nos testes de autonomia funcional e fragilidade, além de maior atividade das ondas cerebrais alfa em todos os pontos, sendo a diferença mais acentuada nos pontos P3 e P4 (115%). Nas ondas cerebrais Beta, com exceção do ponto F8 em que os participantes menos ativos tiveram maior atividade (16,7%), em todos os outros pontos a atividade cerebral dos participantes mais ativos foi maior, chegando a ser 74% superior no ponto C4 e 68% no ponto P3. Conclui-se que os participantes mais ativos fisicamente foram os que tiveram melhores classificações da autonomia funcional e fragilidade, além de maior atividade cerebral em áreas relacionadas a funções executivas.

Palavras-chave: envelhecimento, atividade física habitual, eletroencefalograma.

Instituição de fomento: PIBIC/ISECENSA