

CONTROLE DO EQUILÍBRIO E QUALIDADE DE VIDA EM IDOSOS APÓS O CONFINAMENTO DOMICILIAR DEVIDO AO COVID-19: IMPLICAÇÕES COMPORTAMENTAIS E BIOMECÂNICAS NAS RECOMENDAÇÕES PARA REABILITAÇÃO FÍSICA¹

Alexia Andréa Fuzer Lira Pereira², Angela Jacques Bellini³, Gilmar Moraes Santos⁴,

¹ Vinculado ao projeto “Análise do equilíbrio, densidade mineral óssea e qualidade de vida de idosos durante a pandemia de COVID-19”

² Acadêmico (a) do Curso de Fisioterapia Bacharelado – CEFID – Bolsista PROBITI/UDESC

³ Mestranda Programa Pós-Graduação em Fisioterapia – CEFID – angibellini@hotmail.com ⁴

Orientador, Laboratório de Postura e Equilíbrio – CEFID – gilmar.santos@udesc.br

Devido à rápida disseminação da doença por Coronavírus (COVID-19) pelo mundo, distanciamento e isolamento social foram medidas adotadas para conter a doença. No entanto, tais restrições e limitações poderiam reduzir atividades físicas e interações sociais na vida diária de idosos, o que afetaria o controle de equilíbrio, saúde física e mental. Os sistemas somatossensorial, vestibular e visual controlam o equilíbrio através do Sistema Nervoso Central e ao envelhecer, esses sistemas ficam comprometidos devido aos desgastes que ocorrem naturalmente no organismo. Para os idosos, a participação social é vista como uma das condições que contribuem para a saúde mental e qualidade de vida. Acredita-se que o confinamento domiciliar, exercido durante a pandemia de COVID-19, pode ser uma influência negativa tanto para a qualidade de vida como para o controle de equilíbrio, havendo a possibilidade de aumentar a preocupação com quedas em idosos. Por isso, o objetivo do estudo foi: analisar as características do equilíbrio e da qualidade de vida classificando os idosos com baixa, moderada ou alta preocupação em cair, após o confinamento domiciliar imposto pela pandemia de COVID-19.

Cem (100) idosos de ambos os sexos (60-100 anos) foram submetidos à avaliação do controle equilíbrio por meio do *Modified Clinical Test for Sensory Integration in Balance* (mCTSIB) na plataforma *VSR™ Sport* da *Neurocom*, onde a oscilação corporal e os três sistemas de equilíbrio foram mensurados. Para a avaliação da qualidade de vida foi aplicado o WHOQOL-BREF. Além disso, para desfecho secundário foi quantificada a preocupação em cair, utilizando a *Falls Efficacy Scale-International* (FES), que avalia a autoeficácia autoavaliada para quedas, contendo 16 questões, com escore de 1 a 4 pontos, relacionadas à preocupação em cair, durante o desempenho de atividades domésticas e sociais. Os idosos foram classificados de acordo com os seguintes escores: 16 – 19 pontos = Baixa preocupação em cair; 20 - 27 pontos = Moderada preocupação em cair e 28 – 64 pontos = Alta preocupação em cair.

O tamanho da amostra foi determinado por meio do software G*Power 3.0.10 utilizando *Anova* de um fator, considerando a três grupos independentes em preocupação em cair, baixa, moderada e alta. Os dados foram tabulados no programa estatístico "*Statistical Package for the Social Sciences*" (SPSS for Windows v.20.0). Para a caracterização das variáveis de equilíbrio e qualidade de vida, foi utilizada a estatística descritiva com distribuição de média, desvio padrão e intervalo de confiança de 95% por preocupação em cair. O nível de significância adotado para o tratamento estatístico foi de 5% ($p < 0,05$). Para verificar o efeito da preocupação em cair entre os três grupos nas variáveis de equilíbrio e qualidade de vida foi utilizada a análise *ANOVA one way* com *post hoc* teste de *Tukey*.

Na tabela 1, verifica-se que dos 100 idosos, 33 foram classificados com baixa preocupação em cair, 47 com moderada e 20 com alta. O teste ANOVA identificou diferença significativa entre as médias dos grupos nos escores de qualidade de vida. A análise de “*post hoc*” de Tukey mostrou que a diferença maior que 10 pontos entre alta, moderada e baixa preocupação em cair foi significativa, mas que a diferença de 2 pontos entre moderada e baixa preocupação não foi. Não houve diferença significativa no equilíbrio entre os três grupos.

Tabela 1. *Resumo dos resultados da ANOVA para a média e desvio padrão do escore de qualidade de vida e da velocidade de oscilação partir do teste clínico modificado para Integração Sensorial no Equilíbrio (mCTSIB) em relação a preocupação com cair.*

	BAIXA N = 33	MODERADA N = 47	ALTA N = 20	F	p	IC (95%)
QV total	79,24	77,07	67,14	9,800	0,000*	(76,62, 81,87)
OA – Est	0,32	0,34	0,33	0,350	0,706	(0,31, 0,35)
OA – Inst	0,79	0,78	0,85	0,457	0,634	(0,75, 0,85)
OF – Est	0,42	0,39	0,44	0,741	0,480	(0,38, 0,44)
OF – Inst	1,38	1,32	1,64	1,526	0,223	(1,26, 1,54)
Composite	0,73	0,72	0,82	1,246	0,292	(0,70, 0,79)

OA – olhos abertos; OF – olhos fechados; Est – estável; Int – instável

*Efeito principal na preocupação em cair (ALTA x BAIXA com $p=0,000$; ALTA x MODERADA com $p=0,001$)

Os achados mostraram que a maioria dos idosos apresentou moderada preocupação em cair, provavelmente pela redução em suas AF devido ao período de confinamento domiciliar. A literatura mostra que idosos isolados durante a pandemia diminuíram suas AF e interação social, impactando negativamente na qualidade de vida. Este impacto negativo foi maior nos idosos com alta preocupação de cair, sugerindo que estes tenham praticado mais as recomendações dos órgãos de saúde de ficar em casa, reduzir a interação face a face e contato com amigos e familiares.

A ausência de alteração no equilíbrio entre os idosos com diferente preocupação em cair, pode ter sido devido a questão da idade, uma vez que desequilíbrio tem origem entre 65 e 75 anos, e apenas 30% dos idosos do presente estudo apresentaram os sintomas nessa faixa etária. Importante salientar que a média de idade dos idosos avaliados neste estudo foi de 68 anos. Assim, apesar de estudos sugerirem que a diminuição das interações sociais e das atividades físicas durante a pandemia de COVID-19, coloca os idosos em maior risco de declínio cognitivo e de ter quedas, com potencial redução no controle de equilíbrio, esta redução não foi suficiente para alterar as atividades de vida diária, sugerindo que estas foram realizadas no interior do domicílio, não afetando assim o equilíbrio dos sujeitos tanto em situações de superfície estável ou instável

Diante do exposto, verificou-se que a pandemia reduziu a qualidade de vida nos idosos com alta preocupação em cair quando comparada a idosos com baixa e moderada preocupação. No entanto, independente da preocupação em cair, não houve alteração no controle de equilíbrio durante a pandemia no idosos avaliados.

Palavras-chave: COVID-19, Idoso, Comportamento sedentário.