



<b>Evento</b>	Salão UFRGS 2015: SIC - XXVII SALÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA UFRGS
<b>Ano</b>	2015
<b>Local</b>	Porto Alegre - RS
<b>Título</b>	RELAÇÃO DO MEDO DE CAIR COM APTIDÃO FÍSICA DE IDOSOS ATIVOS
<b>Autor</b>	AMANDA SUELY RODRIGUEZ DE VARGAS
<b>Orientador</b>	ANDREA KRUGER GONÇALVES

## **RELAÇÃO DO MEDO DE CAIR COM APTIDÃO FÍSICA DE IDOSOS ATIVOS**

**Amanda Suely Rodriguez de Vargas - UFRGS**  
**Orientadora Andrea Kruger Gonçalves - UFRGS**

### **RESUMO**

O envelhecimento gera mudanças físicas e psicossociais, interferindo nas capacidades físicas, podendo modificar alterações na capacidade funcional dos idosos. A diminuição dos níveis de funcionalidade afeta o cotidiano do idoso. A partir disso, observa-se o crescimento da preocupação relacionada ao risco de quedas com o avançar da idade. Com isso, o objetivo do trabalho é relacionar o risco de quedas percebido (medo de cair) com a aptidão física de idosos praticantes de exercício físico. A amostra foi composta por 172 idosos com idade igual ou superior a 60 anos participantes do projeto (CELARI) da ESEF/UFRGS. Para a avaliação da aptidão física foi utilizado o 'Senior Fitness Test' proposta por Rikli e Jones (2001) e para a avaliação do equilíbrio e risco de quedas foi utilizada a Escala de Eficácia de Quedas (FES-I-Brasil). Na análise estatística utilizou-se o teste de correlação de Pearson no software estatístico SPSS 18.0. Os resultados indicaram que houve correlação estatisticamente significativa entre o FES e todos testes de aptidão física, contudo apenas o teste de equilíbrio/agilidade apresentou grau de correlação moderado (0,51), enquanto nas outras correlações o grau foi fraco. Pode-se concluir que idosos com menor risco de quedas relacionado ao medo de cair possuem melhor aptidão física, embora a análise dos resultados tenha indicada uma correlação fraca para a maioria das variáveis físicas. Indica-se a necessidade de mais estudos sobre esta temática.

**Palavras-chaves:** queda – aptidão física – idoso.