

“O Impacto da Pandemia da Covid-19 na Prática de Exercício Físico e os Riscos de Desenvolvimento de Sarcopenia em Idosos Comunitários na Cidade de Joinville-SC”

Rafaela Korn

Defesa:

Joinville, 27 de fevereiro de 2023

Membros da Banca Examinadora:

Prof. Dr. Antonio Vinicius Soares (Orientador)

Prof. Dr. Yoshimasa Sagawa Júnior (Coorientador Université Bourgogne Franche-Comté, Besançon)

Prof. Dr. Fábio Marcelo Matos (FURB)

Profa. Dra. Mauren da Silva Salin (UNIVILLE)

Resumo

Introdução: Com a rápida propagação da covid-19 medidas protetivas como isolamento social aumentaram o sedentarismo, sobretudo dos idosos. Com isso, efeitos prejudiciais à saúde desta população especial foram observados, tais como o risco de desenvolvimento de sarcopenia. Objetivo: Analisar o impacto da pandemia da covid-19 na prática de Exercício Físico (EF) e o risco de desenvolvimento de sarcopenia de idosos comunitários da cidade de Joinville-SC. Metodologia: Trata-se de um estudo qualiquantitativo de caráter transversal. Instrumentos de triagem, Teste do Desenho do Relógio (TDR), Escala de Depressão Geriátrica (EDG), Mini Avaliação Nutricional. Para as medidas antropométricas, peso, altura, Índice de Massa Corporal (IMC), Massa Muscular Total (MMT), Índice de Massa Muscular Total (IMMT), Circunferência de panturrilha (CP) e abdominal (CA). Nos testes funcionais foram utilizados o Teste de Sentar e Levantar da cadeira (TSL), Timed Up and Go Test (TUGT), Teste de Velocidade de Marcha (TVM). Na força muscular, dinamometria para Preensão Manual (FPM) e Força de Quadríceps Femoral (FQF). Resultados: Participaram do estudo 276 idosos (65,2% eram mulheres). Contraíram covid-19 28% do total de idosos avaliados. Quanto a investigação de sarcopenia, nas mulheres, 3,3% com

sarcopenia e 46,7% com pré-sarcopenia, e entre os homens, 4,2% com sarcopenia e 35,4% com pré-sarcopenia. Quanto a prática de EF durante o período pandêmico, o comportamento sedentário predominou entre os grupos avaliados, sendo observado em 39,4% das mulheres e 43,7% dos homens. Conclusão: Os resultados encontrados neste estudo apontam para a existência da forte influência da pandemia da covid-19 com aumento do sedentarismo e os consequentes desfechos negativos sobre a saúde dos idosos. Destaca-se o expressivo número deles com pré-sarcopenia. Estes achados devem servir para elaboração de estratégias que visem a reversão desta condição mórbida enquanto há uma janela terapêutica potencial para esta finalidade.

Palavras-Chaves: Idosos; Sarcopenia; Exercício Físico; Covid-19.