

RELAÇÃO ENTRE A VELOCIDADE DE MARCHA E A SOBREVIDA DO IDOSO

Congresso Online Brasileiro de Medicina, 1ª edição, de 22/03/2021 a 24/03/2021
ISBN dos Anais: 978-65-86861-87-7

**BARBOSA; Marília Guedes Farias¹, NETTO; Gustavo Henrique Pedrosa Braga²,
FERREIRA; Nicole Lira Melo³**

RESUMO

Introdução: A sobrevida do idoso está diretamente relacionada com a funcionalidade. Essa pode vir a ser analisada pelas escalas Katz, Lawton, velocidade de marcha, entre outros testes. A perda da funcionalidade leva ao idoso a um maior risco de queda já que ele prediz estados de sarcopenia. Atrelado a isso temos que o ritmo de caminhada está associado à mortalidade por diversas causas incluindo doenças cardiovasculares. **Objetivo:** Analisar a relação entre a velocidade de marcha e a sobrevida do idoso. **Metodologia:** O estudo consiste em uma revisão de literatura na qual foram inicialmente selecionadas, no período de janeiro de 2021, 140 produções em idiomas português e inglês, através dos seguintes descritores: idoso, velocidade de marcha e sobrevida. As bases de dados consultadas foram: PUBMED e SciELO. Foram selecionadas dez produções científicas capazes de se relacionar com o tema do presente trabalho foram incluídas e as que divergiam da temática, excluídas. **Discussão e resultados:** A velocidade da marcha (VM) é uma medida simples e confiável que pode fornecer informações semelhantes sobre o risco de desfechos subsequentes (quedas, internação, incapacidade e mortalidade) como medida sumária mais abrangente do desempenho físico, como a bateria de desempenho físico curto ou o tempo limite para cima e para frente e pode ser facilmente avaliado em ambientes de atenção primária e grandes estudos de base populacional. A VM pode ser facilmente obtida solicitando-se que o indivíduo caminhe em velocidade usual em superfície plana por uma distância pré determinada (geralmente entre 6 e 15 m). Apenas a cronometragem do tempo da caminhada e fita métrica para demarcar o percurso são necessários. Tem-se demonstrado que a redução de 0,1 m/s na VM aumenta em 7,0% o risco de quedas em idosos e que a melhora na VM mantida por um ano reduz em 17,7% o risco absoluto de óbito nesses indivíduos. VM<1m/s apresentaram maior prevalência de limitações neuromotoras de membros inferiores e hospitalizações quando comparados aos indivíduos com velocidade ≥1m/s. **Conclusão:** A VM lenta está associada a diversos desfechos adversos, incluindo incapacidade e morte, levando a ser proposto como um novo sinal vital em idosos. Tendo em vista esse benefício, deve ser cada vez mais importante a avaliação da VM em idosos em todas as consultas.

PALAVRAS-CHAVE: IDOSO, SOBREVIVA, VELOCIDADE DE MARCHA.

¹ UNINASSAU
² UNICAP
³ UNICAP