

FATORES ASSOCIADOS AO TESTE TIMED UP AND GO (TUG) EM MULHERES IDOSAS COM E SEM HISTÓRICO DE QUEDA¹

Ricardo Aurélio Carvalho Sampaio², Luciano Germano Maximo Júnior³, Micael Deivison de Jesus Alves⁴, Arley Santos Leao⁵, Priscila Yukari Sewo Sampaio⁶, Roberto Jerônimo dos Santos Silva⁷

¹ Pesquisa científica

² Programa de Pós-Graduação em Educação Física, Universidade Federal de Sergipe, São Cristóvão, Sergipe, Brasil

³ Departamento de Medicina, Universidade Federal de Sergipe, Lagarto, Sergipe, Brasil

⁴ Programa de Pós-Graduação em Educação Física, Universidade Federal de Sergipe, São Cristóvão, Sergipe, Brasil

⁵ Instituto Federal de Educação de Alagoas - IFAL

⁶ Departamento de Terapia Ocupacional, Universidade Federal de Sergipe, Lagarto, Sergipe, Brasil

⁷ Programa de Pós-Graduação em Educação Física, Universidade Federal de Sergipe, São Cristóvão, Sergipe, Brasil

Introdução: O Timed Up and Go (TUG) é um teste desenvolvido para verificar mobilidade em idosos. Os indivíduos têm que levantar de uma cadeira, caminhar uma distância de três metros, contornar um obstáculo, retornar à cadeira e sentar-se novamente. O TUG está relacionado à atividade física regular, declínio global de saúde, atividades da vida diária, quedas e fragilidade física.

Objetivo: Investigar os fatores associados ao TUG (desempenho lento e normal) em mulheres idosas residentes na comunidade de acordo com o histórico de queda (com ou sem).

Metodologia: Foram verificados através de questionários as variáveis idade, medo de cair, queda no ano anterior à pesquisa, polifarmácia (uso ≥ 5 medicações simultaneamente), domínio depressão do Kihon Checklist (KCL), exaustão e dor corporal. Ademais, foram mensurados circunferência da cintura (ponto de corte 88 cm), massa muscular apendicular ajustada pelo índice de massa corporal ([IMC]; ponto de corte 0.53), testes de força de preensão manual ajustado pelo IMC (ponto de corte 0.66) e o TUG. O ponto de corte para o TUG (desempenho lento/normal) foi definido em 10s. Os dados foram analisados por regressão logística multivariada, método stepwise – TUG foi considerada a variável dependente, enquanto as demais foram incluídas como variáveis independentes, dicotomizadas de acordo com os pontos de corte, exceto idade. As variáveis foram testadas para multicolinearidade.

Resultados: A amostra foi composta por 362 mulheres. Dentre aquelas que não apresentaram histórico de queda no ano anterior à pesquisa (n=269), 34 apresentaram lentidão no TUG e 231 apresentaram TUG normal, enquanto naquelas com histórico de queda (n=93), 23 apresentaram lentidão no TUG e 69 apresentaram TUG normal. No modelo de regressão logística multivariada, idade mais avançada foi indicativo de pior performance no TUG em ambas as idosas sem e com histórico de queda (OR= 1,21 [95% CI= 1,12 – 1,31], $p < 0,001$; OR=1,17 [95% CI=1,04 – 1,32], $p=0,009$, respectivamente). Por outro lado, não ter medo de cair (OR= 0,19 [95% CI= 0,06 – 0,63], $p= 0,007$) foi associado ao melhor desempenho no TUG em idosas sem histórico de queda; enquanto força de preensão manual ajustada pelo IMC (OR=0,08 [95% CI=0,01 – 0,44], $p=0,003$) e não autorrelatar exaustão (OR=0,11 [95% CI=0,02 – 0,48], $p=0,003$) foram associadas ao melhor resultado no TUG naquelas que sofreram queda.

Conclusões: O TUG tem sido reportado como importante indicador de função física em indivíduos idosos e é amplamente utilizado tanto em pesquisas quanto na prática clínica. Nossos achados revelam que os fatores associados ao teste em mulheres idosas diferem conforme o histórico de quedas. Assim, a intervenção deve ser também diferenciada, para as idosas que caíram deve-se priorizar a força e a capacidade aeróbica. Para aquelas que não caíram, o enfrentamento do medo de cair.