

EFEITOS DA DUPLA TAREFA NO RISCO DE QUEDAS EM IDOSOS E MUITO IDOSOS (APOIO UNIP)

Aluna: Tayna Tavares Barros

Orientadora: Profa. Dra. Thaís Santos Contenções

Curso: Fisioterapia

Campus: Santos Rangel

Objetivo: O objetivo do presente estudo foi avaliar os efeitos da dupla tarefa no risco de quedas em idosos e muito idosos. **Métodos:** É um estudo transversal randomizado, no qual foram avaliados 11 pacientes com idade de 70 anos para cima, de ambos os gêneros. Para avaliar o equilíbrio estático e dinâmico, a mobilidade funcional, a preocupação em cair, o risco de quedas e a classificação de idosos ativos, foram aplicadas as seguintes escalas: Escala de Equilíbrio de Berg (EEB), Escala de Eficácia de quedas (FES-I-Brasil), Escala de DOWNTON e o Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ) versão curta. **Resultados:** Foi constatado que houve diferença significativa nos TUGs ($p=0,001$). A média da TUGB foi de $10,54 \pm 1,28$, a do TUGM foi de $11,14 \pm 1,27$ e do TUGC foi de $15,11 \pm 3,2$. Quando comparado o TUGB com o TUGM não teve significância ($p=0,447$), diferente da comparação entre o TUGB entre o TUGC e o TUGM entre o TUGC, apresentando significância ($p=0,001$). **Conclusão:** O estudo mostra que, ao acrescentar dupla tarefa nas atividades simples, como caminhar, os idosos têm necessidade de maior tempo para sua execução, especialmente adicionando a tarefa cognitiva. Dessa maneira ocorre um impacto negativo comprometendo a mobilidade funcional dos idosos e muito idosos, tornando-os ainda mais suscetíveis a quedas.