

Deficiência Cognitiva Não Impede Atividade Física em Idosos

Pinto M.G.; Puccini L.R.S.; Fonseca M.M.A.; Fonseca W.L.M.S.

UniFOA – Centro Universitário de Volta Redonda, Volta Redonda, RJ.

É queixa comum de familiar de paciente idoso, portador de deficiência cognitiva relacionada ao envelhecimento de que ele não tem condição de praticar atividade física. Para verificar esta idéia comum à população atendida na Policlínica André Bianco, foram entrevistados 36 idosos, segundo um protocolo submetido e aprovado pelo Comitê de Ética do Unifoa. Os idosos ou seus representantes, após assinarem termo de consentimento, responderam a dois questionários: o primeiro indagando da prática de atividade física. O segundo avaliando a sua atividade cognitiva, através do teste denominado de minimental, já validado por inúmeros pesquisadores internacionais e nacionais. Os resultados analisados demonstram que não há diferença significativa entre os participantes de atividade física que estão em seu pleno domínio mental (66,7% dos mentalmente saudáveis) e os praticantes de atividade que apresentam deficiência cognitiva (57,1%). O estudo demonstra que as deficiências cognitivas moderadas não constituem fator limitante à prática de exercício, que é tão importante para a manutenção das funções vitais orgânicas.

Palavras-chave: idoso; atividade física; deficiência cognitiva.

maria.goncalvesp@hotmail.com