



EXISTE CORRELAÇÃO ENTRE PERFORMANCE FÍSICA E COGNIÇÃO EM IDOSOS ATIVOS?

SILVA, Vitória Ferreira 1; SILVA, João Pedro Lucas Neves 2; VANDERLEI, Franciele Marques 3

¹ Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho” – FCT/UNESP, vitoria.fisiogeronto@gmail.com

² Campus de Presidente Prudente, jplucas_silva@hotmail.com

³ Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho” – FCT/UNESP, franmvanderlei@gmail.com

RESUMO

Introdução: o envelhecimento é um processo no qual ocorrem diversas modificações físicas e psíquicas¹. Entre elas, destacam-se a redução da performance física e o declínio cognitivo, respectivamente. Neste sentido, identificar uma possível associação entre esses fatores em idosos, pode auxiliar no planejamento e execução de uma intervenção mais adequada, o que contribui para os diversos aspectos da saúde dessa população. Por isso, o objetivo do estudo foi avaliar a correlação entre a performance física e a cognição em idosos ativos. **Metodologia:** trata-se de um estudo transversal em que foram avaliados 38 idosos de ambos os sexos, com média de idade de 69,26±5,66 anos, participantes de um programa de exercícios físicos supervisionados. A performance física foi avaliada pelo *Short-Physical Performance Battery* (SPPB)² e a cognição pelos questionários Mini Exame do Estado Mental (MEEM)³ e *Montreal Cognitive Assessment* (MoCA)⁴. Estatística descritiva foi utilizada. A normalidade dos dados foi verificada pelo Teste de Shapiro- Wilk. Para avaliar a correlação entre a performance física e a cognição foi utilizado o teste de correlação de *Pearson*. O limiar utilizado para avaliar quantitativamente as correlações foi baseado nos valores a seguir: <0,1 trivial; 0,1 – 0,3 pequeno; 0,3 – 0,5 moderado; 0,5 – 0,7 grande; 0,7 – 0,9 muito grande > 0,9 quase perfeito. Foi adotado o nível de significância de $p<0,05$. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CAAE: 03755218.3.0000.5402). **Resultados e Discussão:** foi observada diferença estatisticamente significativa quando correlacionado o SPPB com o MoCA (10,21 ± 1,37 vs 23,39 ± 4,23; $r=0,4646$; $p=0,003$), sendo que essa correlação foi positiva e moderada. Quando correlacionado o SPPB e o MEEM, não foi encontrada diferença significativa (10,21 ± 1,37 vs 26,32 ± 2,56; $r=0,2356$; $p=0,1544$). Esses achados revelam que a performance física (SPPB) está correlacionada com a cognição (MoCA) para idosos, ou seja, quanto maior a performance física avaliada pelo SPPB, maior é a cognição avaliada pelo MoCA, sendo que o contrário também é verdadeiro. Uma hipótese para que não tenham sido encontrados resultados significativos na correlação entre o SPPB e o MEEM, é que este último é menos sensível para avaliação da cognição em idosos quando comparado ao MoCA⁵. **Conclusão:** a performance física de idosos ativos é diretamente relacionada a cognição.

PALAVRAS-CHAVE: Cognição; Idosos ativos; Performance Física.

REFERÊNCIAS

- 1.Valenzuela PL et al. Physical Exercise in the Oldest Old. Compr Physiol.



2019;9(4):1281-1304.

2. Nakano MM. Versão Brasileira da Short Physical Performance Battery – SPPB: Adaptação Cultural e Estudo da Confiabilidade. Campinas. Dissertação [Mestrado] – Faculdade de Educação, Universidade Estadual de Campinas; 2007.
3. Brucki SMD, Nitrini R, Caramelli P, Bertolucci PHF, Okamoto IH. Sugestões para o uso do minixame do estado mental no Brasil. Arq. Neuropsiquiatr. 2003; 61(3B).
4. Simões, M. R., Freitas, S., Santana, I., Firmino, H., Martins, C., Nasreddine, Z., & Vilar, M. (2008). Montreal Cognitive Assessment (MoCA): Versão 1. Coimbra: Laboratório de Avaliação Psicológica, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra.
5. Ciesielska N, Sokołowski R, Mazur E, Podhorecka M, Polak-Szabela A, Kędziora-Kornatowska K. Is the Montreal Cognitive Assessment (MoCA) test better suited than the Mini-Mental State Examination (MMSE) in mild cognitive impairment (MCI) detection among people aged over 60? Meta-analysis. Psychiatr Pol. 2016;50(5):1039-1052.