IJHS INTERNATIONAL JOURNAL OF HEALTH SCIENCES - PDVS
ISSN: 2764-3433

2º ConSAÚDE & INOVAÇÃO SAÚDE

A IMPORTÂNCIA DA MENSURAÇÃO DA FORÇA MUSCULAR POR MEIO DO TESTE DE PREENSÃO PALMAR EM IDOSOS DO PROJETO DE EXTENSÃO BOA IDADE DO DEPARTAMENTO DE FISIOTERAPIA DA UFPE: RELATO DE EXPERIÊNCIA EXTENSIONISTA

ÁREA TEMÁTICA
Extensão na interface com a saúde

DOI: https://doi.org/10.31692/2595-2498.v3i2.192

EVERTON EDIMILSON SILVA VASCONCELOS
everton.edimilson@ufpe.br

ANDRÉ NUNES SOARES

ANTONIA SARA MACHADO FERREIRA

GEISIELLY MARIA PORTO SOARES

GIOVANNA GABRIELLY DE SOUZA MONTEIRO

KAYANE VICTORIA BARRETO BERNARDINO

LARA FREITAS MATOS COSTA

MARCELLE MORAES DA FONSECA TEODOSIO DA SILVA

PLÁCIDO FELIX DE LIMA JÚNIOR

ÉRIKA VALESKA DA COSTA ALVES

MÁRCIA ALESSANDRA CARNEIRO PEDROSA

RESUMO

O teste de preensão palmar é um importante preditor do estado geral de força, incapacidade, sarcopenia, fragilidade física e risco de quedas em idosos. A idade e o sexo são descritos como os fatores determinantes na força de preensão palmar que diminui com o aumento da idade. A medição precisa da força de preensão requer o uso de um dinamômetro portátil calibrado sob condições de teste bem definidas, com dados interpretativos de populações de referência apropriadas. Esse teste foi utilizado durante a avaliação fisioterapêutica em idosos no Projeto Boa idade e os resultados obtidos a partir desse teste contribuíram para o desenvolvimento de exercícios e atividades direcionadas para a força muscular. Objetivos: Descrever um relato de experiência sobre o uso do teste de preensão palmar como ferramenta de avaliação de fraqueza muscular em idosos do Projeto Boa Idade, vinculado à Liga de Fisioterapia em Gerontologia (LAFIGER). Relato da experiência: A avaliação foi realizada através do dinamômetro digital de membro superior com o paciente sentado, utilizando os membros superiores (direito e esquerdo) ao lado do corpo, cotovelo em flexão de 90°, antebraços e punhos neutros segurando o dinamômetro, sem realização de apoio. Após o comando verbal, o paciente realizou o teste, repetindo três vezes, utilizando força máxima, durante quatro segundos, com um minuto de intervalo entre cada tentativa, os três valores foram registrados em quilogramas de força, sendo considerado o maior valor entre as medidas. Reflexão sobre a experiência: Após a mensuração da preensão palmar os pacientes foram avaliados quanto a presença de risco de quedas e sarcopenia utilizando os valores de referência para baixa força muscular definidos pelo Consenso Europeu de Sarcopenia sendo < 27 kgf para homens e < 16 kgf para mulheres, gerando um direcionamento na criação dos protocolos do projeto. Visto que a força muscular está diretamente ligada a capacidade de realizar atividades de vida diárias como caminhar, sentar e levantar de uma cadeira, os exercícios oferecidos no Projeto Boa idade foram orientados para aumentar além de força muscular, mobilidade, flexibilidade, a funcionalidade dos idosos. Dessa forma, reduzindo o risco de quedas e melhorando a qualidade de vida dos idosos. Conclusões: Conclui-se, que o teste de pressão palmar é uma ferramenta clínica efetiva para a avaliação da capacidade funcional, favorecendo a prevenção do risco de quedas. Assim, por meio do planejamento terapêutico fundamentado, a prática de atividade física regular e orientada realizada pelo Boa Idade é uma forma de amenizar o declínio funcional, recuperar autonomia, função e promover integração social.

Palavras-chave: força muscular; idoso; sarcopenia; estado funcional.

Submetido em: 30/06/2024
Aceito em: 24/08/2024
Publicado em: 30/10/2024
Avaliado pelo sistema *double blind* review