



**11º Simpósio de Ensino de Graduação**

**A INFLUÊNCIA DA ATIVIDADE FÍSICA E DA DANÇA SOB AS CONDIÇÕES DE SAÚDE DE  
IDOSOS NA REGIÃO DE PIRACICABA - SP**

**Autor(es)**

---

MORGANA ROCHA FERRO

**Orientador(es)**

---

RUTE ESTANISLAVA TOLOCKA

**Resumo Simplificado**

---

**Introdução:** Dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística - IBGE (2008) projetam que em 2050 a população idosa será de 64 milhões (ANSILIERO; CONSTANZI 2008). Além disto estudos mostram que a prática de atividades físicas é um importante coadjuvante para manutenção da saúde e melhora na qualidade de vida (WEE et al, 2008, PEDRINELLI, 2009) e entre atividades mais aceitas pelos idosos está a dança, que segundo Silva e Mazo (2007) é uma arte que proporciona expressividade e criatividade, possui uma riqueza de movimentos e gestos, colabora para os relacionamentos, recordações pessoais, além de trazer benefícios para a saúde. **Objetivo:** Relacionar a prática de dança de idosos moradores de uma cidade do interior de São Paulo com suas condições de saúde e compará-los a idosos que não praticam dança. **Metodologia:** Foram analisados dois grupos, com 10 idosos cada: GID = idosos que dançam e GIND = idosos que não dançam. Os dados foram coletados com questionários. Este estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UNIMEP com protocolo de nº 73/09 e todos assinaram o TCLE. **Resultados:** No GID a média etária foi 68,4 anos, nove eram mulheres e oito praticavam a dança no mínimo uma vez por semana. No GIND a média etária foi 73,45, sete eram mulheres e quatro não praticavam nenhuma atividade física. No GID sete possuíam o quarto ano primário, um oitavo ano, um ensino médio e/ou magistério; no GIND cinco possuíam o quarto ano primário, um oitavo ano, quatro ensino médio e/ou magistério; assim, no GID apenas um possui ensino médio e ou/magistério enquanto que no GIND quatro. Em relação às queixas no GID apresentou 13 queixas diferentes e destas quatro relacionavam-se a dores lombares e mais cinco idosos disseram não sentir dor alguma, enquanto que no GIND apresentou 12 tipos diferentes sendo seis com dores no joelho. Quanto à frequência de idas ao médico, quatro idosos do GID disseram que foram ao médico no mínimo seis vezes, e o GIND quatro dos idosos foram ao médico 12 vezes ou mais no mesmo período. Em relação ao histórico clínico do idoso e seus antecedentes pessoais, os resultados apontaram que no GID seis idosos relataram patologias: asma, hipertensão arterial, problemas cardíacos, diabetes melitus entre outras, ao passo que no GIND sete idosos relataram os mesmos antecedentes. Quanto à prática de atividades físicas no GID oito além da dança praticam outro tipo de atividade física e dois apenas praticam a dança, já no GIND seis praticam algum tipo de atividade física enquanto que quatro não praticam nada, entre as atividades estão: caminhada, ginástica, musculação, hidroginástica, alongamento entre outras. Sendo assim observamos que não houve diferença significativa entre os grupos em relação às condições de saúde nem em relação à escolaridade) **Considerações Finais:** Os resultados devem ser tomados com cuidado porque o tamanho do grupo pode ter influenciado nos resultados, necessitando assim de novos estudos.