

RESUMO
Dissertação de Mestrado
Programa de Pós-Graduação em Distúrbios da Comunicação Humana
Universidade Federal de Santa Maria, RS, Brasil

UMA PROPOSTA DE REABILITAÇÃO VESTIBULAR
EM GRUPO DE IDOSAS INSTITUCIONALIZADAS
AUTORA: MARILDA BIACCHI LOBO
ORIENTADORA: ANGELA GARCIA ROSSI
Santa Maria, 11 de novembro de 2002.

Considerando o aumento da expectativa de vida na terceira idade, a maior sobrevivência do sexo feminino e o grande número de idosas segregadas em instituições, com alta prevalência de queixa de desequilíbrio e tontura, buscou-se, por meio desta pesquisa, propor, aplicar e verificar a eficácia de um programa de reabilitação vestibular em grupo, para idosas institucionalizadas. Neste estudo, foram avaliadas mulheres, residentes em um lar para idosas localizado em Porto Alegre, no estado do Rio Grande do Sul. Dessas mulheres idosas, 28 participaram ativamente de um programa terapêutico semanal progressivo, realizado no próprio local de sua residência. Foram utilizados, como meio de controle do programa terapêutico, testes de equilíbrio estático e dinâmico, teste de força e resistência de extremidades inferiores e posturografia dinâmica. Pela análise dos resultados, pode-se concluir que a técnica de reabilitação vestibular empregada – de baixo custo, progressiva em frequência e intensidade, supervisionada, em grupo, utilizando exercícios de alongamento, condicionamento físico, habituação, coordenação de movimentos, equilíbrio estático/dinâmico, com duração de quatro meses, em duas sessões semanais – foi efetiva em promover melhora, estatisticamente significativa, no equilíbrio e na mobilidade funcional e diminuição, estatisticamente significativa, dos sintomas relacionados a distúrbios vestibulares. Acredita-se que estas mudanças tenham sido produzidas pelos seguintes fatores: utilização de sessão inicial de esclarecimento e de orientações contínuas durante as sessões; utilização combinada de exercícios programados de acordo com as necessidades da população idosa; exercícios repetitivos, mas com variedade; progressão em frequência, intensidade e dificuldade; supervisão com contato direto da terapeuta; programa terapêutico em grupo; frequência de duas vezes na semana e duração de quatro meses.