

Trabalho apresentado no 21º CBCENF

Título: EFEITO DE PALMILHAS LISAS E TEXTURIZADAS NO EQUILÍBRIO DE IDOSOS ACOMPANHADOS NA ATENÇÃO PRIMÁRIA

Relatoria: CECÍLIA DE MORAIS BARBOSA HORITA

Autores: Manoel Barros Bértolo
Eduardo Paiva Magalhães

Modalidade: Pôster

Área: Valorização, Cuidado e Tecnologias

Tipo: Tese

Resumo:

Introdução: A alteração do equilíbrio está relacionada à maior número de quedas em idosos, sendo fator importante de morbimortalidade. **Objetivo:** Avaliar o efeito do uso de palmilhas lisas e texturizadas no equilíbrio de idosos atendidos no serviço de atenção primária, em comparação a um grupo controle, sem palmilhas. **Métodos:** Estudo prospectivo, paralelo, randomizado e simples cego. Cem idosos em acompanhamento em uma unidade de atenção primária de Campinas-SP, com idade ≥ 65 anos foram aleatoriamente randomizados para grupos de intervenção com palmilhas lisas (n=33), palmilhas texturizadas (n=33) ou grupo controle (n=34), sem palmilhas. A Escala de Equilíbrio de Berg (EEB) e o teste Timed-Up-and-Go (TUG) foram aplicados no início e após 4 semanas do estudo, para avaliação do equilíbrio. **Resultados:** Os grupos em uso de palmilhas lisas e texturizadas apresentaram melhora significativa do equilíbrio avaliados pela EEB e TUG ($p < 0.001$), fato não observado no grupo controle. A melhora foi independente do tempo de uso da palmilha. Efeitos adversos foram observados apenas no grupo com palmilhas lisas. **Conclusão:** Os resultados sugerem que palmilhas lisas e texturizadas são eficazes na melhora do equilíbrio em idosos da comunidade. Elas podem representar uma estratégia adjuvante de baixo custo e segura para melhorar o equilíbrio e prevenir quedas nessa população.