EFEITOS DA FISIOTERAPIA ASSOCIADA À MÚSICA NO EQUILÍBRIO E NA FORÇA MUSCULAR DE IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS

Dinara Hansen Costa, Universidade de Cruz Alta. E-mail: dhansen@unicruz.edu.br

Eduarda Bartz, Universidade de Cruz Alta. E-mail: eduardabartz@gmail.com

Natália Almeida Pôncio, Universidade de Cruz Alta. E-mail: nataliaponcio5@hotmail.com

Solange Beatriz Billig Garces, Universidade de Cruz Alta. E-mail: sgarces@unicruz.edu.br

Carolina Boettge Rosa, Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul (PUCRS). E-mail: carolboettge@gmail.com

Cristina Thum - Universidade de Cruz Alta. E-mail: cristinathum@unicruz.edu.br

RESUMO

Introdução: O envelhecimento predispõe os indivíduos a maior vulnerabilidade e a fragilidade. Muitas vezes a família não está preparada para oferecer os cuidados necessários aos idosos que demandam maior atenção. Surge assim a Instituição de Longa Permanência para Idosos (ILPI) como um dos recursos de auxílio no cuidado e a fisioterapia nestes espaços é um forte aliado para manutenção das condições físicas dos idosos, podendo associar a música durante as sessões realizadas. **Objetivo:** verificar os efeitos da fisioterapia associada à música na força muscular de membros inferiores e no equilíbrio de idosos institucionalizados. **Métodos:** estudo experimental com amostra composta por 5 idosos, residentes de uma ILPI do noroeste do Rio Grande do Sul, submetidos a 12 sessões de fisioterapia. A amostra foi dividida em dois grupos: grupo 1 (G1) fisioterapia associada à música (n=3), e grupo 2 (G2) somente fisioterapia (n=2). A avaliação pré e pós intervenção foi realizada através dos testes *Time Up And Go (TUG)*, Sentar e Levantar de 30 segundos (TSL 30) e Escala de Equilíbrio de Berg (EEB) com dados analisados descritivamente. **Resultados:** idosos de ambos os grupos obtiveram melhora no resultado do TSL 30 e da EEB após as intervenções. Somente um idoso (G1) manteve o resultado do TUG e os demais obtiveram piores resultados na reavaliação. **Conclusão:** tanto a fisioterapia convencional quanto a associada à música foram efetivas na melhorada força muscular dos membros inferiores e no equilíbrio dos idosos institucionalizados, destacando a importância do acompanhamento desta população pelos profissionais da fisioterapia.

Palavras-chave: Envelhecimento; Reabilitação; Institucionalização.