

# VALIDADE E FIABILIDADE DO TESTE TIMED UP AND GO: UM RECURSO PROMISSOR EM TELESÁUDE NA MONITORIZAÇÃO DO RISCO DE QUEDA EM ADULTOS MAIS VELHOS RESIDENTES NA COMUNIDADE

Magda Cruz Reis <sup>(1)</sup>, Anabela Correia Martins <sup>(1)</sup>

(1) Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Coimbra (ESTeSC-IPC)

**Introdução:** A saúde digital é uma solução eficaz para superar desafios logísticos e de acesso em áreas urbanas e rurais. A pandemia acelerou a adoção de soluções digitais na fisioterapia, como a telefisioterapia, reduzindo custos e aumentando a acessibilidade. A telefisioterapia pode desempenhar um papel vital no acompanhamento e monitorização da saúde e de fatores de risco em adultos mais velhos. Embora existam desafios, como a falta de confiança na tecnologia, a seleção cuidadosa dos utentes e a utilização de tecnologias de baixo custo e de fácil manuseio, como é o caso do telefone ou telemóvel, pode potenciar intervenções eficazes. A prevenção de quedas é essencial nos adultos mais velhos, e testes funcionais como o TUGT podem auxiliar na identificação e estratificação de riscos, uma vez que já demonstrou ser um teste com um excelente grau de predição de risco de queda.

**Objetivo do estudo:** Determinar a validade e fiabilidade dos resultados do teste funcional TUG, ao ser auto-administrado por adultos com idade igual ou superior a 50 anos, no seu domicílio, tendo como padrão a tradicional avaliação presencial realizada por um fisioterapeuta.

**Métodos:** Um total de 37 participantes com média de idades de  $62 \pm 7$  anos e 73% do sexo feminino, que participaram num rastreio de risco de queda na comunidade, baseado no protocolo *FallSensing*, foram convidados a participar no estudo. O estudo foi aprovado pela Comissão de Ética do Instituto Politécnico de Coimbra (parecer n.º 149 CEIPC/2023). Para além da recolha de dados sociodemográficos e histórico de quedas, constam do referido protocolo a Escala de Autoeficácia para o Exercício e do Perfil de Atividades e Participação Relacionadas à Mobilidade (PAPM), bem como uma avaliação da capacidade funcional, realizada através do 10MWT, 30STS e TUGT. Aos participantes que aceitaram realizar o TUGT em casa, 18-24 horas depois da medição presencial do fisioterapeuta foram explicados o objetivo e o procedimento associado à realização do teste e entregue um folheto com as instruções de como o realizar. O processo de envio do resultado do teste podia ser feito quer por sms ou chamada telefónica com o investigador.

A análise estatística foi realizada com o auxílio do software IBM SPSS 29. A validade e a confiabilidade da avaliação autoadministrada pelo próprio, em casa, foi analisada pelos limites de concordância, limite clinicamente aceitável de 5s para o TUGT, coeficientes de correlação intraclasse (ICC) e testes t emparelhados.

**Resultados:** Demonstraram-se propriedades psicométricas excelentes do TUGT autoadministrado. Confirmou-se a validade concorrente com os limites de concordância dentro dos valores clinicamente aceitáveis e pré-definidos para este teste. Isto sugere que o TUGT autoadministrado é preciso, uma vez que quando comparado à medição realizada pelo fisioterapeuta, os resultados foram próximos. A média de resultados do TUGT presencial foi de  $7.47 \pm 2.45$ s e a média do TUGT autoadministrado foi de  $7.57 \pm 3.10$ s. A correlação ( $r$ ) entre as duas medições, medida pelo coeficiente de correlação de Pearson foi de 0.716, com um  $p < 0.001$ . Quando comparamos as duas avaliações verificou-se que não existiram diferenças significativas para o TUGT ( $p > 0.05$ ), apresentando uma diferença média para um intervalo de confiança de 95% (95% IC) de -0.10 (-0.87 a 0.62) segundos. A fiabilidade da avaliação realizada pelo participante em casa, comparada com a avaliação realizada pelo fisioterapeuta, foi excelente, traduzida pela ICC de 0.82 (0.65-0.91), para um intervalo de confiança de 95%.

**Considerações finais:** Os adultos residentes na comunidade podem realizar o TUGT de forma autónoma, na sua própria casa, depois de receber instruções sobre como o fazer, sendo este teste funcional de fácil e rápida implementação. O ensino da aplicação do teste TUGT para realizar em casa pode representar uma estratégia para monitorização à distância, tanto numa perspetiva de capacitação do adulto mais velhos para gerir a sua própria condição e processo de envelhecimento, como para dar feedback periódico ao fisioterapeuta, no âmbito de programas de prevenção de quedas.

**Palavras-chave:** Telefisioterapia, Timed up and Go test, Validade