

# ASSOCIAÇÃO DA “SENSAÇÃO DE FALTA DE AR” (DISPNEIA), CAPACIDADE FUNCIONAL E PARTICIPAÇÃO SOCIAL DE ADULTOS MAIS VELHOS RESIDENTES NA COMUNIDADE SEM PATOLOGIA RESPIRATÓRIA

Carlota Teixeira Carvão , Anabela Correia Martins

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

---

## Resumo

**Introdução:** A dispneia, uma experiência subjetiva prevalente entre os adultos mais velhos, é muitas vezes atribuída ao envelhecimento normal ou a condições cardiorrespiratórias subjacentes. A prevalência deste sinal está associada a desfechos adversos, e influencia negativamente a participação social e a capacidade funcional podendo ainda, afetar negativamente a qualidade de vida e o bem-estar psicológico. A avaliação adequada da dispneia em adultos mais velhos torna-se assim crucial, exigindo uma abordagem holística e multidimensional que leve em conta não apenas os aspetos físicos, mas também os aspetos emocionais e sociais.

**Objetivo do estudo:** Estudar a associação entre a "sensação de falta de ar" (dispneia), a capacidade funcional e a participação social de adultos mais velhos residentes na comunidade, sem história de doença respiratória.

**Métodos:** Este é um estudo exploratório, analítico, de desenho transversal, aprovado pela Comissão de Ética do Instituto Politécnico de Coimbra (Parecer 146\_CEIPC\_2023).

Seguiu o método de amostragem por conveniência. Foram avaliados 128 adultos com idade  $\geq$  a 50 de idade, residentes na comunidade, que participaram em ações de rastreio de risco de queda na região centro de Portugal. Além da caracterização sociodemográfica, e questões relacionadas com fatores de risco de queda, foi aplicado o questionário de Autoeficácia para o exercício, Perfil de Atividades e Participação relacionado com a Mobilidade (PAPM) e quatro testes funcionais, nomeadamente, *10-Meter Walking Test* (10 MWT), *Timed Up and Go* (TUG) test, *30 Seconds Sit to Stand* (30s STS) test, *Hand Grip Strength* (HGS) e o questionário de dispneia Medical Research Council (MRC). A análise estatística foi concretizada com o auxílio do software informático IBM SPSS Statistics 29. A interpretação dos testes estatísticos foi realizada com base no nível de significância de 0,05 ( $p \leq 0,05$ ), com um intervalo de confiança de 95%.

**Resultados:** Dos 128 participantes, com  $68,48 \pm 8,65$  anos de idade, 70,3% são mulheres, 43,0% teve quedas nos últimos 12 meses, 47,7 % reportam medo de cair ou voltar a cair. Quanto ao grau de dispneia, os participantes foram classificados em 3 grupos: dispneia grau I (G1): 62,5%, dispneia grau II (G2): 23,4% e dispneia graus III e IV (G3):14,1%. Verificaram-se diferenças estatisticamente significativas entre estes grupos e os valores médios dos testes funcionais 10 MWT (G1: $1,62 \pm 0,34$ , G2: $1,55 \pm 0,25$ , G3: $1,24 \pm 0,27$ ), TUG (G1:  $8,28 \pm 2,41$  , G2: $8,03 \pm 1,85$ , G3:  $11,68 \pm 2,44$ ), 30s STS (G1: $15,11 \pm 3,91$ , G2:  $14,57 \pm 4,35$  , G3: $11,22 \pm 2,10$ ), e HGS (G1: $28,45 \pm 10,01$  ,G2:  $24,57 \pm 6,65$  ,G3: $19,61 \pm 4,83$ ), bem como com a escala de Autoeficácia (G1:  $14,40 \pm 4,01$ ,G2:  $13,67 \pm 4,51$ , G3: $10,00 \pm 5,17$ ), para o exercício e com o questionário PAPM (G1: $0,17 \pm 0,27$ ,G2:  $0,33 \pm 0,45$ ,G3:  $0,79 \pm 0,53$ ).

**Considerações finais:** Os fisioterapeutas precisam mudar a sua abordagem da dispneia deixando de a ver apenas como um sintoma de doença para a considerar uma condição geriátrica multifatorial, que deve ser avaliada periodicamente, uma vez que se associa a um maior risco de resultados adversos e pode ser tratada com intervenções baseadas em evidência científica, prevenindo que a pessoa reduza, progressivamente, muitas atividades da vida diária, devido à falta de ar crónica.

**Palavras-chave:** dispneia/falta de ar; capacidade funcional; participação social.