



EXERCÍCIO FÍSICO NA MELHORA DA FUNCIONALIDADE DO IDOSO ATRAVÉS DA HIDROGINÁSTICA

Resumo

Gedir Augustim
Hiderson Rodrigo de Paula
Ana Letícia Padeski Ferreira de Azevedo (Orientadora)

A constante transformação no processo demográfico nos últimos anos que se refere ao aumento do número de idosos e a diminuição da taxa de fecundidade trouxe a necessidade de políticas inovadoras voltadas para a população idosa, visando o aumento da qualidade de vida e melhora da saúde desses indivíduos. É necessário considerar os processos de envelhecimento, entendendo quem é esse idoso, quais suas capacidades físicas, levando em conta o histórico de possíveis doenças no decorrer de sua vida, tais como a redução da mobilidade, comprometimento psicológico e social. Para a compreensão das capacidades físicas do idoso, é indispensável o entendimento da funcionalidade humana, que são os elementos corporais como um todo, como suas funções e estruturas, relacionamento interpessoal e social. Buscamos verificar através de evidências científicas, dentro das literaturas disponíveis para estudo, como a prática da hidroginástica pode impactar na melhora da funcionalidade do idoso, visto que este é um assunto de importância na atualidade, podendo assim contribuir para futuros trabalhos acadêmicos na formação de novos profissionais da área. Foram selecionados, após pesquisa de periódicos na base de dados Scielo através da aplicação de diversos critérios de exclusão para seleção de trabalhos científicos. Ao final desse processo foram selecionados cinco artigos para a discussão do trabalho. Ainda não finalizamos os resultados e a conclusão do estudo, os mesmos serão apresentados no segundo semestre de 2020.

Palavras-chave: idosos; hidroginástica; exercício físico; qualidade de vida.