

## **AVALIAÇÃO DA CAPACIDADE FUNCIONAL DOS PARTICIPANTES DO PROJETO COMVIVER NO UNILESTE**

Sarah Souza Sales QUINTANILHA (Unileste); Gabriel Winther da Silva PARAGUAY (Unileste);  
Mariza Aparecida Alves ARAUJO (Unileste)

**Introdução:** Na nova transição demográfica observa-se maior prevalência da população da terceira idade. Muitos idosos com Doenças Crônicas Não Transmissíveis apresentam limitações nas Atividades de Vida Diária (AVDs) e podem evoluir para uma incapacidade funcional. O teste de caminhada de 6 minutos é um teste simples, de baixo custo que permite a análise da capacidade funcional de um indivíduo por meio da caminhada. Uma boa capacidade funcional reflete diretamente na redução de riscos das doenças cardiovasculares e degenerativas **Objetivo:** Avaliar a capacidade funcional dos participantes do Projeto ComViver do curso de fisioterapia do Centro Universitário Católica do Leste de Minas Gerais – Unileste. **Metodologia:** O estudo contou com a colaboração de 13 indivíduos participantes do Projeto ComViver, com média de 66,85 anos, onde foram mensurados peso e altura. Todos realizaram dois testes de caminhada de 6 minutos com intervalo de uma semana de aplicação, vale destacar que o teste consistia em caminhar a maior distância possível sem correr. A distância prevista de cada indivíduo foi calculada de acordo com seu sexo, peso e altura. **Resultados:** Houve uma maior participação do gênero feminino (10 mulheres), todos os participantes caminharam acima da distância prevista para o gênero; idade; peso e altura no teste de caminhada de 6 minutos, o que mostra a associação entre atividade física e boa capacidade funcional. Na escala de percepção subjetiva do esforço de Borg os testes foram classificados como "fácil" e "extremamente fácil". **Conclusão:** Os resultados neste estudo comprovaram a boa capacidade funcional dos participantes do Projeto ComViver e atribui-se parte desse resultado aos exercícios físicos praticados pelos indivíduos.

**Palavras-chave:** Teste de caminhada de 6. Capacidade. Fisioterapia.