# Efeitos do envelhecimento no controle postural


## Autor(res)

Paola Karynne Pinheiro Monteiro
Vinicius Baptista De Souza
Lisandra Enedina Augusto De Mello
Maria Da Conceição Rabelo Da Silva
Natalia Mariani Heringer


## Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico


## Instituição

CENTRO UNIVERSITÁRIO ANHANGUERA DE SÃO PAULO


## Introdução

O processo natural de envelhecimento é acompanhado por uma série de mudanças fisiológicas e funcionais que impactam diversos aspectos da saúde humana. Entre essas mudanças, os efeitos do envelhecimento no controle postural emergem como um tema de considerável interesse e importância, especialmente considerando o impacto significativo que a instabilidade postural pode ter na qualidade de vida e na capacidade funcional dos idosos.
O controle postural é um processo complexo, que envolve a integração de informações sensoriais provenientes de várias fontes, incluindo o sistema visual, vestibular e somatossensorial. Com o avançar da idade, ocorrem alterações em cada um desses sistemas sensoriais, bem como mudanças musculoesqueléticas, que podem afetar a capacidade do indivíduo de manter o equilíbrio e estabilidade postural.

## Objetivo

O objetivo deste trabalho é investigar e analisar os efeitos do envelhecimento no controle postural. Para atingir esse objetivo, serão abordadas as alterações fisiológicas associadas ao envelhecimento, com foco nos sistemas musculoesquelético, sensorial e neurológico. Além disso, pretende-se examinar como essas alterações impactam o controle postural dos idosos, incluindo dificuldades encontradas

## Material e Métodos

O presente estudo adotará uma abordagem integrativa, utilizando uma revisão sistemática da literatura como principal método de coleta de dados. Será realizada uma pesquisa em bases de dados eletrônicas, tais como PubMed, Scopus e Web of Science, utilizando termos de busca relacionados ao tema, como "aging", "postural control", "physiological changes", entre outros. Serão incluídos estudos publicados em inglês, português e espanhol, com foco em pesquisas originais, revisões sistemáticas e meta-análises, publicados nos últimos 20 anos.

## Resultados e Discussão

Os resultados desta revisão sistemática da literatura indicam uma convergência de evidências sobre os efeitos do

envelhecimento no controle postural. Observou-se que as principais alterações fisiológicas associadas ao envelhecimento, como a perda de massa muscular, a diminuição da densidade óssea e os comprometimentos sensoriais, contribuem significativamente para a deterioração do controle postural em idosos. Essas alterações resultam em dificuldades na manutenção do equilíbrio estático e dinâmico, aumentando o risco de quedas e lesões nessa população.

## Conclusão

Em conclusão, esta revisão sistemática da literatura oferece uma visão abrangente dos efeitos do envelhecimento no controle postural em idosos. Os resultados destacam a complexidade e a gravidade das alterações fisiológicas associadas ao envelhecimento, que impactam significativamente a estabilidade postural e aumentam o risco de quedas nesta população. As dificuldades na manutenção do equilíbrio, decorrentes da perda de massa muscular, diminuição da sensibilidade proprioceptiva e comprometiment

## Referências

Lord, S. R., & Smith, S. T. (2019). The effect of age on postural sway on different surfaces. Journal of aging and physical activity, 27(4), 602-610.

Maki, B. E., & McIlroy, W. E. (1996). Postural control in the older adult. Clinics in geriatric medicine, 12(4), 635-658.

Shumway-Cook, A., & Woollacott, M. H. (2017). Motor control: Translating research into clinical practice. Wolters Kluwer Health.