

NOME: THAIS JULIANE MOREIRA

TÍTULO: AVALIAÇÃO DO IMPACTO DO CHI GONG NA CAPACIDADE FUNCIONAL E PERCEPÇÃO DE SAÚDE EM ADULTOS

AUTORES: VIVIANE GONTIJO AUGUSTO, THAIS JULIANE MOREIRA, THAIS JULIANE MOREIRA, VIVIANE GONTIJO AUGUSTO, PATRICIA APARECIDA TAVARES, LORENA APARECIDA SILVEIRA, ALINE RAMOS PEREIRA

AGÊNCIA FINANCIADORA (se houver): FAPEMIG

PALAVRA CHAVE: CHI GONG, FISIOTERAPIA, PERCEPÇÃO DE SAÚDE, INCAPACIDADE FUNCIONAL

RESUMO

O Chi Gong é uma atividade física oriental e tem sido utilizada na saúde pública devido aos benefícios na qualidade de vida dos pacientes. O objetivo deste estudo foi avaliar o impacto da prática do Chi Gong na percepção da saúde e na incapacidade funcional de participantes do projeto "Chi Gong: um novo fazer para um novo viver". Este projeto ocorre em duas unidades básicas de saúde e no Centro de Reabilitação Regional do município de Divinópolis, sendo praticado duas vezes por semana com duração de 50 minutos. Trata-se de um estudo quantitativo longitudinal. Foram coletados dados dos novos integrantes do projeto a partir de março de 2017. Os instrumentos de avaliação utilizados incluíam dados sociodemográficos, autopercepção de saúde e medida da incapacidade funcional a partir de um questionário padronizado (WHODAS 2.0). O estudo foi aprovado pelo comitê de ética em pesquisa da UEMG (CAAE: 68171417.7.0000.5115). A avaliação foi replicada em junho de 2017 e uma nova avaliação será feita em setembro deste ano. Foi realizada a análise descritiva dos dados de 57 participantes. A média de idade foi de $63,7 \pm 10,4$ anos, sendo 82,5% do sexo feminino. A maioria (68,4%) é casada, têm dois ou mais filhos e baixa renda familiar (94,7% vivem com até dois salários mínimos). Na primeira avaliação, a presença de desconforto físico foi encontrada em 80,7% dos participantes e 58,2% classificaram a saúde como "boa ou excelente". O nível de incapacidade funcional foi classificado como severo ou grave em 15% da amostra. Após três meses, a autopercepção de saúde não sofreu alteração, mas houve uma redução de incapacidade onde 91,3% foram classificados com incapacidade leve e nenhum paciente apresentou incapacidade severa ou grave. Houve também uma redução da presença de desconforto físico que passou de 80,7% para 65,4%. Há evidências de que a prática do Chi Gong esteja contribuindo para a melhora do desconforto físico e para redução da incapacidade nos praticantes desta atividade.