



ANÁLISE DA CAPACIDADE FUNCIONAL EM ATIVIDADES BÁSICAS DE VIDA DIÁRIA DE IDOSOS FREQUENTANTES DO CENTRO DE CONVIVÊNCIA NO MUNICÍPIO DE BALSAS, MARANHÃO

Maryelle Kellyne Lopes Santos, Naiara Coelho Lopes, Vívian Alves de Araújo, Luiza Victória Borges dos Santos, Arleane Oliveira Andrade, Vitória da Silva Souza, Maria Fernanda de Castro Nunes, Vitoria Pires Abreu, Iago Araújo de Sousa



<https://doi.org/10.36557/2009-3578.2025v11n2p855-870>

Artigo recebido em 24 de Junho e publicado em 24 de Julho de 2025

ARTIGO ORIGINAL

RESUMO

INTRODUÇÃO: O envelhecimento é um processo natural que traz alterações físicas e cognitivas, podendo comprometer a independência e a qualidade de vida dos idosos. A capacidade funcional, refletida na autonomia para realizar atividades básicas e instrumentais de vida diária, é um indicador fundamental dessa independência. **OBJETIVOS:** Avaliar a capacidade funcional de idosos em atividades básicas de vida diária (ABVDs) e atividades instrumentais de vida diária (AIVDs) no Centro de Convivência para Idosos Conviver, em Balsas-MA. **METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo descritivo-exploratório com abordagem quantitativa. A coleta de dados ocorreu entre 12 de agosto e 12 de setembro de 2024, por meio de entrevistas estruturadas com 53 idosos, utilizando o Índice de Katz para ABVDs, a Escala de Lawton para AIVDs, além de um questionário sociodemográfico e econômico. A análise estatística foi realizada com o software BioState 5.4. **CONCLUSÃO:** Os resultados mostraram que 100% dos idosos eram independentes nas ABVDs, como banho e alimentação. Em relação às AIVDs, embora a maioria fosse autônoma, notou-se dependência parcial ou total em tarefas mais complexas, como cuidados financeiros e organização doméstica. A idade teve influência significativa nas AIVDs, com variação de 19,32% associada ao envelhecimento. A pesquisa reforça a importância de espaços como o Centro Conviver, que favorecem a socialização e estimulam a autonomia, contribuindo para a preservação da saúde física, emocional e social dos idosos. Essas ações são fundamentais para retardar o declínio funcional, promover bem-estar e fortalecer a autoestima da população idosa.

Palavras-chave: Atividades Básicas de Vida Diária; Atividades Instrumentais de Vida Diária; Avaliação da Capacidade Funcional; Escala de Katz. Escala de Lawton; Idoso.



FUNCTIONAL CAPACITY ANALYSIS IN BASIC ACTIVITIES OF DAILY LIVING AMONG ELDERLY PARTICIPANTS OF A SENIOR COMMUNITY CENTER IN BALSAS, MARANHÃO

ABSTRACT

INTRODUCTION: Aging is a natural process that brings physical and cognitive changes, which can compromise the independence and quality of life of older adults. Functional capacity, reflected in the autonomy to perform basic and instrumental activities of daily living, is a key indicator of this independence. **OBJECTIVES:** To evaluate the functional capacity of elderly individuals in basic activities of daily living (BADLs) and instrumental activities of daily living (IADLs) at the Conviver Senior Community Center in the municipality of Balsas, Maranhão. **METHODOLOGY:** This is a descriptive-exploratory study with a quantitative approach. Data were collected between August 12 and September 12, 2024, through structured interviews with 53 elderly participants. The Katz Index was used to assess BADLs, the Lawton Scale for IADLs, along with a sociodemographic and economic questionnaire. Statistical analysis was performed using BioState software version 5.4. **CONCLUSION:** The results showed that 100% of the elderly were independent in performing BADLs, such as bathing and eating. Regarding IADLs, while most participants remained autonomous, some showed partial or total dependence in more complex tasks, such as managing finances and organizing the home. Age had a significant impact on IADLs, with a 19.32% variation associated with aging. The study emphasizes the importance of spaces like the Conviver Center, which promote social interaction and support autonomy, contributing to the preservation of physical, emotional, and social health in the elderly. Such initiatives are essential for delaying functional decline, enhancing well-being, and strengthening self-esteem in the aging population.

Keywords: Basic Activities of Daily Living; Instrumental Activities of Daily Living; Functional Capacity Assessment; Katz Index; Lawton Scale; Elderly.

Instituição afiliada – Universidade Estadual Do Maranhão (UEMA)

Autor correspondente:

Maryelle Kellyne Lopes Santos – maryellek10@gmail.com

Naiara Coelho Lopes – nayaralopes12@hotmail.com

Vivian Alves de Araújo – vivianalvesdearaujo1@gmail.com

Luiza Victória Borges dos Santos – luizavictoria0004@gmail.com

Arleane Oliveira Andrade – arleaneoliveiraanf@gmail.com

Vitória da Silva Souza – vitoriasilvapb13@gmail.com

Maria Fernanda de Castro Nunes – mafecnn@gmail.com

Vitoria Pires Abreu – vitoriapiresadm@gmail.com

Iago Araújo de Sousa – iaqo.enf.araujo@gmail.com

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).





INTRODUÇÃO

A Organização Mundial da Saúde (OMS) define como idoso qualquer pessoa que tenha ultrapassado os 60 anos, estabelecendo 65 anos como limite para os países desenvolvidos e 60 anos para os países em desenvolvimento, como é o caso do Brasil (Brasil, 2023). Esse grupo populacional, devido ao processo natural de envelhecimento, demonstra uma maior fragilidade e, conseqüentemente, uma maior incidência de doenças crônicas degenerativas (Massad *et al.*, 2023).

O envelhecimento populacional é um fenômeno mundial que vem aumentando com o passar dos anos. No Brasil, estima-se que em 2032 serão 32,5 milhões de brasileiros com 65 anos ou mais. Esse processo envolve uma série de alterações, as quais podem ser fisiológicas ou patológicas (Vedana *et al.*, 2022).

É fundamental compreender que o envelhecimento envolve as alterações fisiológicas no corpo humano, além de transformações psicológicas, sociais e culturais (Rodrigues, 2020). O processo associado ao envelhecimento também implica modificações no tocante à vida em sociedade, com a troca progressiva de papéis sociais pelos indivíduos, percebe-se a modificação de objetivos e perspectivas dos idosos, guiadas pela adaptação contínua às perdas vivenciadas ou ao próprio amadurecimento psicológico associado ao avançar da idade (Rodrigues, 2020).

A Organização Pan-Americana de Saúde (OPAS) ressalta que a década do Envelhecimento Saudável 2021-2030, declarada pela Assembleia Geral das Nações Unidas em dezembro de 2020, é a principal estratégia para construir uma sociedade para todas as idades (OPAS, 2020). Um dos principais objetivos dessa iniciativa é promover a saúde e o bem-estar das pessoas à medida que envelhecem, garantindo que possam viver vidas dignas, saudáveis e produtivas. Isso envolve o acesso a cuidados médicos adequados, a criação de ambientes propícios para o envelhecimento ativo, bem como, a promoção da participação social e a redução das desigualdades que afetam as pessoas mais velhas (Massad *et al.*, 2023).

O conceito de saúde vai além da mera falta de doença, compreendendo um estado de total bem-estar físico, mental e social. Desta forma, a saúde dos idosos depende da sua capacidade de se manterem independentes e autônomos na realização das atividades diárias e, por isso, este novo modelo de saúde exige uma abordagem holística aos cuidados



personais (Silva *et al.*, 2022). O Ministério da Saúde ressalta que é função das políticas de saúde contribuir para que mais pessoas alcancem as idades avançadas com o melhor estado de saúde possível. O envelhecimento ativo e saudável é o grande objetivo nesse processo (Brasil, 2023).

Vale destacar que o envelhecimento saudável não é responsabilidade única do setor de saúde. Ele requer uma perspectiva integrada que envolva diversos aspectos da sociedade, incluindo educação, emprego, habitação e transporte. A cooperação entre esses diferentes setores é crucial para criar ambientes que promovam o bem-estar dos indivíduos em todas as etapas da vida (Mellado; Aparecida De Lima, 2023).

Para compreender melhor esse processo, é de fundamental importância realizar avaliações regulares da capacidade dos idosos de desenvolverem habilidades necessárias para as atividades do dia a dia. Segundo Dias *et al.* (2021), a capacidade funcional refere-se à habilidade de uma pessoa de realizar tarefas que lhe permitam cuidar de si mesma de forma independente, como alimentar-se, vestir-se, tomar banho e outras tarefas similares, de forma independente. Essa habilidade é essencial para a saúde e o bem-estar de qualquer indivíduo, independentemente da idade, inclusive para os idosos (Mellado; Aparecida De Lima, 2023).

Isso implica que a capacidade funcional pode ser examinada com base em duas categorias principais de atividades: as Atividades Básicas de Vida Diária (ABVD), cruciais para a manutenção do autocuidado pessoal, e as Atividades Instrumentais de Vida Diária (AIVD), que envolvem interações sociais e tarefas mais complexas relacionadas ao ambiente em que o indivíduo vive. Ao considerar tanto as ABVD quanto as AIVD, é possível obter uma compreensão mais completa da funcionalidade e independência dos idosos (Santos *et al.*, 2021).

É consensual entre especialistas que a realização das tarefas essenciais é um indicador significativo de bem-estar para os idosos, o que justifica seu uso como critério válido durante uma avaliação (Silva *et al.*, 2022). Nesse sentido, essas avaliações se tornam necessárias para entender melhor as necessidades e condições dos idosos, a fim de implementar intervenções futuras eficazes, que possam contribuir para o bem-estar deles.

Tendo em vista o que foi apresentado, formulou-se a problemática da investigação: Qual é o estado atual da capacidade funcional em atividades básicas de vida diária dos idosos frequentadores do Centro de Convivência para Idosos Conviver, no município de Balsas - MA?



Portanto, o presente estudo tem como objetivo geral avaliar a capacidade funcional em atividades básicas de vida diária de idosos que frequentam o Centro de Convivência para Idosos Conviver no Município de Balsas, Maranhão.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo de natureza descritiva-exploratória, conduzido por meio de uma abordagem quantitativa, utilizando questionários padronizados e escalas de avaliação para medir a capacidade funcional dos idosos em atividades básicas de vida diária (ABVDs) e atividades instrumentais de vida diária (AIVDs).

A pesquisa descritiva busca compreender fenômenos ao identificar e analisar características de uma população, incluindo valores, atitudes e relações entre variáveis (Lakatos; Marconi, 2021). A exploratória, por sua vez, visa esclarecer problemas ainda pouco definidos, permitindo a formulação de hipóteses com base em um planejamento flexível (Gil, 2022). Já a pesquisa quantitativa fundamenta-se na coleta e análise numérica de dados, com foco na objetividade e precisão dos resultados (Lakatos; Marconi, 2021).

A pesquisa foi realizada em Balsas (MA), município do sul do estado, com área de 13.141,16 km² e população de aproximadamente 101.616 habitantes. É a terceira maior cidade maranhense em extensão territorial, integra a região agrícola do MATOPIBA e é cortada pela rodovia Transamazônica (IBGE, 2023).

O estudo foi realizado no Centro de Convivência para Idosos Conviver, localizado no Clube Recreativo Balsense (CRB), na zona urbana de Balsas - MA. A instituição conta com uma equipe de 15 funcionários e funciona de segunda a sexta-feira, das 08:00 às 13:00. De segunda a quinta-feira, o centro atende regularmente 60 idosos. Nas sextas-feiras, dia em que ocorre o baile, o número de idosos atendidos varia entre 130 e 150.

Para a seleção dos participantes, os critérios de inclusão foram: idosos com idade igual ou superior a 60 anos, que frequentam o Centro de Convivência para Idosos Conviver e estão nas dependências do Conviver durante o período de coleta de dados, com condições físicas e mentais adequadas para participar das avaliações, e capazes de compreender e responder às entrevistas.



Os critérios de exclusão incluíram: idosos com idade inferior a 60 anos, aqueles com limitações físicas ou mentais que impeçam a participação nas avaliações, idosos incapazes de compreender e responder às entrevistas, os que não estiverem presentes durante o período da pesquisa ou que não aceitem participar do estudo. Dentre os 60 idosos que frequentam o Conviver de forma regular, 53 idosos foram entrevistados, atendendo os critérios de inclusão

A coleta de dados ocorreu entre 12 de agosto de 2024 e 12 de setembro de 2024. Para garantir que os objetivos da pesquisa fossem alcançados, foram seguidas etapas específicas. Primeiramente, foram realizadas visitas à unidade durante os horários de funcionamento. Durante essas visitas, os idosos foram convidados a participar da pesquisa, sendo explicado o objetivo do estudo e solicitado que assinassem o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), garantindo sua participação voluntária e informada.

Após a obtenção do consentimento, foi conduzida uma entrevista estruturada com os participantes que assinaram o TCLE. O roteiro da entrevista incluiu aspectos como perfil social, econômico, demográfico e de saúde dos idosos. Para avaliar as atividades de vida diária, foram utilizados instrumentos validados pelo Ministério da Saúde do Brasil, como a Escala de Katz para as ABVDs e a Escala de Lawton para as AIVDs.

Cada entrevista teve duração média de 30 minutos e foi conduzida de forma individual, proporcionando um ambiente confortável e focado para cada participante. No decorrer da entrevista, as respostas foram registradas em uma folha específica para cada idoso, o que garantiu uma coleta de dados organizada e facilitou a análise posterior das informações. Esse método assegurou que os dados de cada participante fossem tratados de maneira confidencial e sistemática, contribuindo para a precisão e validade da pesquisa.

A análise estatística foi conduzida com abordagem quantitativa, utilizando o software BioStat®, versão 5.4 para Windows. Inicialmente, os dados foram organizados por meio de estatística descritiva, com cálculo de frequências absolutas e relativas, além de medidas de tendência central e dispersão. As variáveis categóricas, como gênero, estado civil e escolaridade, foram analisadas com base nas distribuições de frequência, facilitando a caracterização sociodemográfica da amostra. Para as variáveis contínuas, foram utilizadas a média e a mediana, sendo esta última especialmente útil em distribuições assimétricas, por não sofrer influência de valores extremos.

A fim de investigar associações entre variáveis, aplicaram-se testes estatísticos específicos. O teste qui-quadrado foi utilizado para verificar a relação entre variáveis



categóricas, como o gênero e a capacidade funcional em atividades do cotidiano. Já a regressão linear foi empregada para analisar a influência da idade nas pontuações das escalas de Katz e Lawton, que avaliam a independência funcional dos idosos.

Para garantir a confiabilidade das análises, adotou-se um nível de significância de 5% ($p < 0,05$), considerando-se estatisticamente relevantes os resultados com valor-p inferior a esse limite.

Os resultados foram apresentados em tabelas e gráficos, facilitando a visualização e interpretação das informações. A partir dessas análises, foi possível identificar relações entre as variáveis estudadas, as quais foram interpretadas com base na literatura científica previamente revisada, de forma a sustentar as conclusões do estudo.

A pesquisa seguiu a Resolução do Conselho Nacional de Saúde nº 466/12, com consentimento livre e esclarecido dos participantes, garantindo seus direitos e confidencialidade. Foram adotadas medidas para minimizar riscos, como desconforto emocional e respostas inconsistentes. Entre os benefícios, destacam-se o autoconhecimento dos idosos e a contribuição para políticas públicas.

A pesquisa foi registrada na Plataforma Brasil e aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa, conforme o Certificado de Apresentação para Apreciação Ética (CAAE) de número 80587524.8.0000.5554 e o Parecer de número 7.045.764.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Entre os 53 idosos entrevistados, 43 eram mulheres (81,13%) e 10 homens (18,87%). As idades oscilaram entre 60 e 85 anos, com média de 72 anos. O nível de escolaridade predominante foi o ensino fundamental. A análise das características sociodemográficas evidenciou diferenças estatisticamente significativas entre os sexos em relação a variáveis como estado civil, faixa etária, escolaridade e renda mensal.

Dentre as variáveis analisadas, o estado civil destacou-se com o menor valor de significância estatística ($p = 0,0043$), conforme apresentado na Tabela 1.

Tabela 1 - Distribuição do perfil sociodemográfico dos idosos de acordo com o sexo

VARIÁVEIS	FEMININO		MASCULINO		P
	N	%	N	%	
	43	81,13	10	18,87	



**ANÁLISE DA CAPACIDADE FUNCIONAL EM ATIVIDADES BÁSICAS DE VIDA DIÁRIA DE
IDOSOS FREQUENTANTES DO CENTRO DE CONVIVÊNCIA NO MUNICÍPIO DE BALSAS,**

MARANHÃO

Santos *et. al.*

Faixa Etária					0.6108*
Entre 60-69 anos	22	51,16%	6	60%	
Entre 70-79 anos	19	44,19%	4	40%	
Entre 80 anos ou mais	2	4,65%	0	0	
Nível de Escolaridade					0.3291*
Ensino Superior	5	11,63%	2	20%	
Ensino Médio	14	32,56%	5	50%	
Ensino Fundamental	24	55,81%	3	30%	
Estado Civil					0.0043*
Casado	6	13,95%	3	30%	
Solteiro	17	39,53%	7	70%	
Viúvo	20	46,51%	0	0%	
Com quem mora					0.3124*
Sozinho	22	51,16%	4	40%	
Com companheiro	5	11,63%	1	10%	
Com filhos	15	34,88%	3	30%	
Com cônjuge e filhos	1	2,33%	2	20%	
Renda Mensal					0.4638*
De 1 a 2 salários	30	69,77%	6	60%	
De 3 a 4 salários	12	27,91%	2	20%	
De 4 a 5 salários	1	2,33%	2	20%	
Mais de 5 salários	0	0%	0	0%	
Sem renda	0	0%	0	0%	

Fonte: Pesquisa direta, 2024.

*Teste - G (independência)

A caracterização sociodemográfica revelou a predominância de mulheres, reflexo de sua maior longevidade e cuidado com a saúde, corroborando Silva *et al.* (2022), que observaram 80,4% de mulheres em seus estudos. Outro aspecto a ser considerado é que, embora a expectativa de vida esteja aumentando para ambos os sexos, as taxas de sobrevivência das mulheres continuam sendo mais elevadas que as dos homens, pelo fato de que elas tendem a utilizar mais os serviços de saúde (De Carvalho *et al.*, 2019). As características demográficas da amostra confirmaram os achados de outros estudos, que indicam uma maior presença de mulheres idosas (Brito, 2021). É provável que o motivo para a maior prevalência de mulheres na terceira idade esteja associado ao fato de que a expectativa de vida aos 60 anos é superior para elas em comparação aos homens.

A baixa escolaridade, com apenas sete idosos possuindo ensino médio completo, reflete as dificuldades de acesso à educação em décadas passadas (De Carvalho *et al.*, 2019). Para Santos (2021) o nível de escolaridade não mostra uma relação significativa com a diminuição da capacidade funcional. Além disso, a renda mensal predominante de 1 a 2



salários mínimos, similar aos dados de Massad *et al.* (2023), evidencia os desafios financeiros enfrentados pelos idosos, impactando negativamente sua saúde e qualidade de vida.

Resultados parecidos foram apresentados em uma pesquisa que examinou a independência de 116 idosos com 80 anos ou mais, registrados em uma unidade de saúde municipal em Belém, em que o baixo nível de escolaridade não possuiu relação com a redução da capacidade funcional (Fernandes *et al.*, 2019).

A aplicação da escala de Lawton indicou que a maioria dos idosos era independente nas AIVDs, embora uma parcela significativa apresentasse dependência parcial ou total, como mostra a Tabela 2. A análise de regressão linear entre idade e pontuação na escala revelou significância estatística ($p = 0,0013$) e coeficiente de determinação ($R^2 = 0,1932$), indicando que 19,32% da variação nos resultados está relacionada à idade.

Tabela 2 – Distribuição das atividades instrumentais de vida diária (AIVD) dos idosos de acordo com a Escala de Lawton

AIVDS	SEM AJUDA		AJUDA PARCIAL		NÃO CONSEGUE	
	N	%	N	%	N	%
Usar telefone	35	66,04%	15	28,30%	3	5,66%
Ir a locais distantes	48	90,57%	5	9,43%	0	0%
Fazer compras	45	84,91%	8	15,09%	0	0%
Preparar alimentos	53	100%	0	0%	0	0%
Arrumar a casa	38	71,70%	13	24,53%	2	3,77%
Pequenos reparos	38	71,70%	13	24,53%	2	3,77%
Lavar e passar roupas	37	69,81%	13	24,53%	3	5,66%
Tomar remédios	50	94,34%	3	5,66%	0	0%
Cuidar das finanças	48	90,57%	5	9,43%	0	0%

Fonte: Pesquisa direta, 2024.

A maioria dos idosos demonstrou autonomia nas atividades básicas, evidenciando os benefícios da atividade física na capacidade funcional. Massad *et al.* (2023) observaram elevada independência em tarefas diárias e menor declínio funcional entre idosos fisicamente ativos. De forma semelhante, Vedana *et al.* (2022) identificaram 63,4% de independência nas AIVDs em sua pesquisa.

Santos *et al.* (2022) realizou uma investigação sobre programas de exercícios direcionados para aumentar a capacidade funcional em idosos, obtendo resultados favoráveis, esses programas incluíam atividades focadas em resistência, equilíbrio e flexibilidade, que são personalizadas de acordo com as demandas de cada idoso. Ficou claro o impacto positivo do treinamento funcional na qualidade de vida dessa população. As



pesquisas indicaram que a atividade física pode aprimorar a capacidade funcional, contribuir para o bem-estar emocional e elevar a autoestima, resultando em uma melhoria geral na qualidade de vida (Mellado, 2023).

Outra pesquisa realizada por Ikegami *et al.*, (2020) evidenciou que, ao longo de um período de dois anos, foi observado uma redução significativa na capacidade funcional dos idosos em relação às Atividades Instrumentais de Vida Diária (AIVD), ao passo que nas Atividades Básicas de Vida Diária (ABVD) essa queda não foi registrada. Esses achados estão alinhados com estudos anteriores, os quais sugerem que as AIVD, por sua natureza mais complexa, costumam ser as primeiras a apresentar dificuldades, ao contrário das ABVD, que são afetadas posteriormente. A redução nas AIVD pode ser atribuída a fatores como nível de escolaridade, uma vez que idosos com menos instrução tendem a ter um comprometimento mais acentuado nessas tarefas, que requerem habilidades cognitivas e organizacionais.

A quantidade de idosos que apresentam limitações na capacidade funcional cresce à medida que envelhecem, dessa forma a idade é um dos principais fatores preditivos desse processo. O risco de perda funcional dobra aproximadamente a cada dez anos de vida. Indivíduos com 80 anos ou mais têm 25 vezes mais probabilidade de sofrer um declínio na capacidade funcional em comparação aos idosos mais jovens (Vedana, 2022).

A avaliação da independência funcional nos idosos pode oferecer estratégias que possibilitem a manutenção de suas atividades diárias pelo maior tempo que conseguirem. Essa descoberta possui uma importante implicação clínica, pois sugere que a participação ativa em grupos de convivência pode ser um elemento determinante para alcançar resultados positivos em funcionalidade (De Carvalho *et al.*, 2019).

Reconhecer os fatores que limitam a independência dos idosos é essencial para a prática da enfermagem e das outras profissões envolvidas no cuidado gerontológico, pois esses aspectos orientam o planejamento das intervenções, tanto na prevenção quanto na reabilitação (Brito, 2021).

A Tabela 3 mostra que todos os 53 participantes realizam as ABVD de forma totalmente independente, segundo o Teste de Katz. Em dimensões como banho, vestimenta, uso do banheiro, transferência, continência e alimentação, não houve necessidade de assistência, evidenciando plena independência funcional na amostra.



Tabela 3 - Teste de Katz: Avaliação das Atividades Básicas de Vida Diária (ABVDS)

ABVDS	SEM AJUDA		AJUDA PARCIAL		AJUDA TOTAL	
	N	%	N	%	N	%
Banhar-se	53	100%	0	0%	0	0%
Vestir-se	53	100%	0	0%	0	0%
Usar o banheiro	53	100%	0	0%	0	0%
Transferência	53	100%	0	0%	0	0%
Continência	53	100%	0	0%	0	0%
Alimentação	53	100%	0	0%	0	0%

Fonte: Pesquisa direta, 2024.

A independência observada está em consonância com Silva *et al.* (2022), que também encontraram alta autonomia nas ABVD entre idosos ativos. Ele destaca que uma grande parcela dos idosos conseguem manter autonomia nas Atividades Básicas de Vida Diária (ABVDs) e nas Atividades Instrumentais de Vida Diária (AIVDs), no entanto, uma parte significativa desses indivíduos relatou dificuldades na realização das AIVDs, o que reforça o papel essencial dos Centros de Convivência e Terapia Integrativa na preservação da autonomia e independência dos idosos. Vedana *et al.* (2022) observaram que 87,7% dos idosos avaliados eram independentes nas ABVD, indicando que as atividades no Centro de Convivência favorecem o desenvolvimento e a manutenção da autonomia funcional.

Apesar de a educação ter se mostrado um elemento importante para a capacidade funcional nas AIVDs, não foram observadas mudanças significativas nas ABVDs, isso indica que atividades básicas, como alimentação e cuidados pessoais, não são tão impactadas por aspectos intelectuais ou educacionais (Ikegami, 2020). Essa constatação fortalece a perspectiva de que as AIVDs, que exigem habilidades cognitivas e de organização mais complexas, estão mais vulneráveis ao declínio associado ao envelhecimento, especialmente em idosos com escolaridade baixa.

Pesquisas sobre a funcionalidade de pessoas idosas indicam que, em uma ordem de complexidade, o primeiro aspecto afetado são as atividades avançadas da vida diária, seguido pelas atividades instrumentais e, por último, pelas atividades básicas, que estão intimamente ligadas ao autocuidado (Rodrigues *et al.*, 2020). A redução da capacidade funcional pode levar a uma deterioração na qualidade de vida dos idosos. Para aqueles que já enfrentam um declínio funcional, é aconselhável implementar estratégias que evitem o agravamento das perdas. Portanto, é importante estimular hábitos saudáveis, como a prática de exercícios



físicos e a manutenção de interações sociais, além de incentivar a preservação da autonomia e independência no cotidiano dos idosos (Rodrigues *et al.*, 2020).

Vale ressaltar também que o Teste de Katz é uma ferramenta bastante utilizada para avaliar a independência funcional, sendo visto como um parâmetro confiável na análise do estado físico e funcional de pessoas, especialmente em pesquisas que envolvem a saúde de idosos ou grupos com algum tipo de limitação funcional.

O Centro de Convivência para Idosos (Conviver) de Balsas - MA exemplifica a importância dos grupos de convivência na promoção da funcionalidade dos idosos. Esses ambientes favorecem a manutenção da saúde física e mental, por meio de atividades que estimulam o aspecto físico e social, fundamentais para o envelhecimento saudável (Silva *et al.*, 2022). A literatura aponta que a participação nesses grupos visa, principalmente, a redução da solidão e o aumento da autoestima, além de promover a socialização e o envolvimento em práticas de lazer, aspectos primordiais para a preservação da capacidade funcional na terceira idade (Madeira *et al.*, 2022).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo avaliou a capacidade funcional de idosos no Centro de Convivência para Idosos de Balsas, Maranhão, utilizando as Escalas de Katz e Lawton, ferramentas reconhecidas para medir a independência nas atividades diárias. Os resultados indicaram que os idosos apresentaram elevada autonomia nas Atividades Básicas de Vida Diária (ABVDs), com todos os participantes sendo independentes conforme o Índice de Katz.

Nas Atividades Instrumentais de Vida Diária (AIVDs), a maioria dos idosos manteve a independência, embora alguns apresentassem dependência parcial, especialmente em atividades como o uso do telefone e o preparo de alimentos. A análise dos dados também evidenciou que a prática regular de atividades físicas, realizada no próprio Centro, desempenhou um papel significativo na manutenção da independência funcional.

Os achados sugerem que a promoção de atividades físicas regulares e a participação em grupos de convivência são fundamentais para a preservação da autonomia funcional e para a melhoria da qualidade de vida dos idosos. Assim, as conclusões reforçam a necessidade de políticas públicas focadas na promoção da saúde, autonomia e inclusão social, com vistas a garantir um envelhecimento ativo, digno e com maior qualidade de vida para a população idosa.



A implementação de estratégias que incentivem a prática regular de exercícios físicos, bem como a integração dos idosos em programas de convivência social, são essenciais para mitigar as perdas funcionais relacionadas ao envelhecimento e promover a manutenção das capacidades cognitivas e sociais ao longo da vida.

REFERÊNCIAS

- BRASIL. **Nota Informativa nº 5/2023: Envelhecimento e o direito ao cuidado**. Brasília: Ministério do Desenvolvimento e Assistência Social, Família e Combate à Fome, dez. 2023. Disponível em: https://www.gov.br/mds/pt-br/noticias-e-conteudos/desenvolvimento-social/noticias-desenvolvimento-social/mds-lanca-diagnostico-sobre-envelhecimento-e-direito-ao-cuidado/Nota_Informativa_N_5.pdf. Acesso em: 29 nov. 2024.
- BRITO, I. F. S. .; SILVA, N. O. da .; MOURA, M. E. S. . Avaliação gerontológica na atenção primária à saúde: atividades cotidianas segundo o índice de Katz. **Revista Kairós-Gerontologia**, [S. l.], v. 24, n. 2, p. 197–211, 2021. DOI: 10.23925/2176-901X.2021v24i2p197-211. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/56705>. Acesso em: 5 mar. 2025.
- DE CARVALHO, Clara Janyelle Gomes et al. Relação entre independência funcional e qualidade de vida de idosos participantes de grupos de convivência. **Revista Kairós-Gerontologia**, v. 22, n. 2, p. 589-605, 2019. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/kairos/article/view/47971>. Acesso em: 25 nov. 2024.
- FERNANDES, D. S.; GONÇALVES, L. H. T.; FERREIRA, A. M. R.; SANTOS, M. I. P. O. Functional capacity assessment of long-lived older adults from Amazonas. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 72, supl. 2, p. 49-55, 2019. Doi: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2017-0798>. Acesso em: 05 mar. 2025
- AGUIAR, V. F. F. de. et al. Avaliação da capacidade funcional e qualidade de vida do idoso no Brasil residente em comunidade. **Revista de Enfermagem Referência**, v. 4, n. 21, p. 59-65, 2019. Disponível em: <https://www.redalyc.org/journal/3882/388260457006/html/>. Acesso em: 11 abr. 2024.
- DIAS, F. S. S.; LIMA, C. C. M.; QUEIROZ, P. DE S. F.; FERNANDES, T. F. Avaliação da capacidade funcional dos idosos residentes em uma instituição de longa permanência. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 13, n. 2, p. e6361, 24 fev. 2021. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/6361>. Acesso em: 09 abr. 2024.
- GIL, Antonio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 7. ed. São Paulo: Atlas, 2022. 208 p.
- IKEGAMI, Érica Midori et al. Capacidade funcional e desempenho físico de idosos comunitários: um estudo longitudinal. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, n. 3, p. 1083-1090,



2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232020253.18512018>. Acesso em: 27 nov. 2024. ISSN 1678-4561.

LAKATOS, Eva Maria; MARCONI, Marina de Andrade. **Metodologia do trabalho científico**. 9. ed. São Paulo: Atlas, 2021. 256 p.

MADEIRA, E.; MACHADO, J. R.; ALFRADIQUE, P.; MACEDO, E. C.; CARVALHO, C. M.; KOIKE, R. Y. Qualidade de vida em idosos integrantes de um centro de convivência. **R. Pesq. Cuid. Fundam.** [Internet], v. 14, p. e11865, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.9789/2175-5361.rpcf.v14.11865>. Acesso em: 25 nov. 2024.

MAGALHÃES, Marcos Nascimento; LIMA, Antônio Carlos Pedroso de. **Noções de probabilidade e estatística (Volume 1)**. 7. ed. São Paulo: Edusp, 2023.

MASSAD, J. C. F. de A. B.; LEITE, E. L. N.; GONÇALVES, J. T. da S. A. R. Capacidade funcional de idosos avaliada a partir atividades instrumentais da vida diária. **Revista Foco**, [S. l.], v. 16, n. 11, p. e3263, 2023.

MELLADO, A.; APARECIDA DE LIMA, K. Avaliação da capacidade funcional de idosos fisicamente ativos. RECIMA21 - **Revista Científica Multidisciplinar** - ISSN 2675-6218, [S. l.], v. 4, n. 5, p. e453234, 2023. Disponível em: <https://recima21.com.br/index.php/recima21/article/view/3234/2355>. Acesso em: 11 abr. 2024.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE (OPAS). **Envelhecimento Saudável: OPAS; 2020**. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/envelhecimento-saudavel>. Acesso em: 10 abr. 2024.

RODRIGUES, Amanda Fernanda et al. Avaliação das atividades instrumentais de vida diária dos idosos em inquérito domiciliar. **Revista. Salusvita (Online)**, p. 719-737, 2020. Disponível em: https://secure.unisagrado.edu.br/static/biblioteca/salusvita/salusvita_v39_n3_2020/salusvita_v39_n3_2020_art_07.pdf. Acesso em: 25. nov. 2024.

SANTOS, M. C. C. D.; PEREIRA, L. F.; SANTOS, A. L. G. D.; PASTORE, J. C. D. F.; DE SÁ, G. B. Estudo comparativo da qualidade de vida e capacidade funcional entre idosos praticantes de treinamento resistido e idosos sedentários. **Revista Pesquisa & Educação a distância**, n. 18, 2022. Disponível em: <http://www.revista.universo.edu.br/index.php?journal=2013EAD1&page=article&op=view&path%5B%5D=9367&path%5B%5D=4711>. Acesso em: 25. nov. 2024.

SANTOS, G. de C. M. dos .; MENDES, A. L. R. .; SANTOS, I. do N. .; BRAGA, A. C. da C. .; RIBEIRO, M. O. .; NEVES, S. M. V. Avaliação da capacidade funcional do idoso . **Revista de Casos e Consultoria**, [S. l.], v. 12, n. 1, p. e24628, 2021. Disponível em: <https://periodicos.ufrn.br/casoseconsultoria/article/view/24628>. Acesso em: 08 abr. 2024.



**ANÁLISE DA CAPACIDADE FUNCIONAL EM ATIVIDADES BÁSICAS DE VIDA DIÁRIA DE
IDOSOS FREQUENTANTES DO CENTRO DE CONVIVÊNCIA NO MUNICÍPIO DE BALSAS,
MARANHÃO**
Santos *et. al.*

SILVA, J. K. M.; FENGLER, A. S.; OLIVEIRA, D. V.; RIBEIRO, C. C. Hábitos de vida, propósito de vida e funcionalidade de idosos de um centro de convivência. **Saúde Pesq.**, v. 15, n. 4, p. e-11312, 2022. e-ISSN 2176-9206. Disponível em: <https://doi.org/10.17765/2176-9206.2022v15n4.e-11312>. Acesso em: 25 nov. 2024.

VEDANA, Klatlin et al. Avaliação da independência funcional e nível de atividade física em idosos participantes de projetos sociais na cidade de Caxias do Sul/RS. In: **OPEN SCIENCE RESEARCH III**. Editora Científica Digital, 2022. p. 603-612. Disponível em: <https://downloads.editoracientifica.com.br/articles/220308441.pdf>. Acesso em: 25. nov. 2024.