

Efeito da Instrução na Aquisição de uma Habilidade Motora em Jovens e Idosos

¹Paula GEHRING; ¹Maria Fernanda de OLIVEIRA; ¹Maria Cecília Oliveira da FONSECA ,
¹Jorge Alberto de OLIVEIRA, ¹Suely dos SANTOS, ¹Laboratório de Comportamento Motor/EEFE-USP, pgehring@usp.br

Introdução: Um dos sinais mais evidentes de envelhecimento é a lentidão do comportamento, especialmente do comportamento motor. Embora isso ocorra de forma muito individualizada, a velocidade com a qual os indivíduos iniciam, executam e concluem os movimentos diminui com o passar dos anos. A literatura tem evidenciado que com o envelhecimento as pessoas preferem a precisão à velocidade na realização de tarefas motoras. **Objetivo:** Nesse sentido, o objetivo deste estudo foi examinar se a instrução pode interferir no desempenho de idosos e, também, se esse efeito é similar nos indivíduos jovens durante a aquisição de uma habilidade motora. **Metodologia:** Cento e vinte participantes foram divididos em seis grupos experimentais: precisão - idosos (G1), velocidade - idosos (G2), velocidade e precisão - idosos (G3), precisão - jovens (G4), velocidade - jovens (G5), velocidade e precisão - jovens (G6). O equipamento utilizado foi o *Bimanual Coordination Test Apparatus of Takey & Company*, e a tarefa utilizada foi de coordenação motora bimanual, cujas características envolviam precisão e velocidade. A tarefa consistia em percorrer um trajeto numa área delimitada em forma de “V” invertido na fase de aquisição e “V” na fase de transferência. Ao G1 e G4 foi dada a instrução para que executasse a tarefa o mais preciso possível, ao G2 e G5 o mais rápido possível e ao G3 e G6 a combinação das instruções anteriores. **Resultados:** Na comparação intragrupos (Friedman), os resultados indicaram que ao longo das tentativas houve uma diminuição de erros, em especial para o grupo de idosos, e na medida de velocidade também houve uma diminuição de tempo de execução em todos os grupos. Na comparação intergrupos, houve diferença significativa em todos os blocos de prática (Kruskal Wallis, $p < 0,01$) tanto para a velocidade quanto para o erro. Os testes post hoc identificaram que para as mesmas condições experimentais entre jovens e idosos, não houve diferença significativa em relação ao erro. Observou-se, também, que os idosos são mais lentos que os jovens, qualquer que seja a instrução. **Conclusão:** A partir dos resultados, pode-se concluir que as diferentes instruções não afetaram o desempenho durante todo o processo de aquisição da habilidade, tanto os jovens quanto os idosos.

Palavras chave: Instrução verbal, aprendizagem motora, envelhecimento.