

**PROMOÇÃO DO ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL: ATUAÇÃO DA
FISIOTERAPIA EM UM GRUPO DE IDOSOS**

*Vaniely Kelly Cavalcante Feitosa

*Daniele Cristina da Silva Moura

*Rachel Cavalcanti Fonsêca Pereira

*Centro Universitário de João Pessoa-Unipê

Introdução: O crescimento da população mundial idosa é um fenômeno que vem ocorrendo nas últimas décadas com mais intensidade nos países em desenvolvimento. O Brasil tem aproximadamente 15 milhões de pessoas com 60 anos ou mais (8,6% da população brasileira). Nos próximos 20 anos a população idosa do Brasil poderá ultrapassar os 30 milhões de pessoas e deverá representar quase 13% da população ao final deste período, no mundo, em 2050, um quinto da população serão de idosos. Para tanto, a Política Nacional da Pessoa Idosa (PNI) tem como eixo central a manutenção da capacidade funcional, ou seja, a promoção do envelhecimento ativo desta população.

Objetivo: Relatar a experiência de acadêmicas de fisioterapia com um grupo de idosos que frequentam o Centro de referência da Pessoa Idosa (CRPI) no Castelo Branco I, na cidade de João Pessoa-PB. **Metodologia:** Trata-se de um relato de experiência acadêmica no CRPI, durante o componente curricular estágio supervisionado I, realizado em parceria com a atenção básica do município de João Pessoa-PB. Os encontros ocorrem uma vez por semana, com duração de duas horas, seguindo uma sequência pré-determinada: verificação da Pressão Arterial (PA); dinâmica de integração; atividade educativa sobre temas voltados para esta faixa etária, por meio de rodas de conversas e/ou aula expositiva dialogada (powerpoint); alongamento global; exercícios ativos; relaxamento e lanche. Participam da atividade aproximadamente 25 idosos, sendo a maioria mulheres. **Resultados:** O grupo de alunas já desenvolveu 06 dias de atividades, com diversos temas como: promoção e prevenção da saúde, o aprendizado e memória, lateralidade, Marcha e equilíbrio, dia do Idoso, gonartrose, envelhecimento ativo. Observou-se uma maior disposição, comunicação, participação e interação entre os idosos, discentes e docente, bem como, o fortalecimento do vínculo entre os envolvidos e o aumento constante da presença dos idosos neste dia. **Conclusão:** Com base nisso, destaca-se a importância da continuidade destas atividades, principalmente para fortalecer as diretrizes da PNI, onde a fisioterapia deve buscar uma abordagem integral destes idosos, minimizando as suas alterações e maximizando a sua capacidade funcional com o objetivo de promover um envelhecimento ativo e saudável.

Palavras-Chaves: envelhecimento; funcionalidade; fisioterapia.