

## **ATUAÇÃO DO FISIOTERAPEUTA EM UMA INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA PARA IDOSOS: RELATO DE EXPERIÊNCIA DE UMA ILPI NO INTERIOR DE PERNAMBUCO**

<sup>1</sup>Fábia Maria de Santana; <sup>2</sup>Mariana dos Santos Silva; <sup>3</sup>Iara Alves Diniz

*Secretaria Municipal de Desenvolvimento Social e Cidadania-SMDSC,*

*E-mail: [desenvolvimentosocial@serratalhada.pe.gov.br](mailto:desenvolvimentosocial@serratalhada.pe.gov.br)*

### **INTRODUÇÃO**

O envelhecimento leva a uma série de modificações fisiológicas inevitáveis sobre os sistemas neuro-músculo-esquelético e sensorial. Essas modificações poderão gerar déficits de equilíbrio e alterações na marcha que predisõem o idoso à quedas e limitações funcionais. Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), nas últimas décadas, a população brasileira vem envelhecendo de forma muito acelerada e em condições sócio-econômicas e culturais desfavoráveis.<sup>1</sup>

A independência funcional requer força muscular, equilíbrio, resistência cardiovascular e também motivação. Costuma-se afirmar que a deterioração dessas capacidades é inevitável com o envelhecimento. Mas, está claro que muito dessa deterioração pode ser atribuída ao sedentarismo. Isso significa que a implementação de um programa de exercícios terapêuticos, mesmo em idades extremas, é capaz de minimizar ou mesmo evitar o declínio funcional acentuado amenizando os efeitos das doenças, ou mesmo prevenindo-as.<sup>2</sup>

A fisioterapia nas instituições de longa permanência para idosos tem como objetivo principal a independência do idoso para as tarefas básicas de atividade de vida diária, no anseio de minimizar as consequências das alterações fisiológicas e patológicas do envelhecimento, garantindo a melhoria da mobilidade e favorecendo uma qualidade de vida satisfatória, que é julgada pelo idoso mais pelo nível funcional e grau de independência do que pela presença de limitações específicas e isoladas.<sup>3</sup>

Este trabalho justifica-se pela necessidade de abordagem da prática fisioterapêutica voltadas aos idosos institucionalizados, tornando-se fundamental para o compartilhamento com demais profissionais da área, afim de favorecer o planejamento, a execução e a avaliação das ações de

prevenção, manutenção e recuperação da saúde funcional de idosos em situação de acolhimento institucional.

Considerando os aspectos citados, o objetivo desse estudo é descrever a experiência da atuação do fisioterapeuta em uma instituição de longa permanência para idosos.

## **METODOLOGIA**

Trata-se de um relato de experiência vivenciado pela fisioterapeuta que atua em uma instituição de longa permanência para idosos no município de Serra Talhada-PE, acerca das ações realizadas pertinentes as atribuições do mesmo.

A Instituição tem 70 anos de existência, fundado em 1947, a fim de abrigar idosos sem referência familiar ou por ter sofrido violências. Constitui-se em uma instituição não governamental (ONG) de caráter filantrópico sob a coordenação da Igreja. Atualmente abriga 30 idosos e possui 11 funcionários.

As atividades foram desenvolvidas no período de fevereiro a agosto de 2017. Os atendimentos foram realizados em grupo, individualmente e com os pacientes restritos ao leito. Dos 30 pacientes atendidos, 6 (20%) corresponderam ao gênero masculino e 24 (80%) do gênero feminino e 3 (10%) idosos restrito ao leito. Inicialmente foram realizadas as avaliações nos idosos que se encontravam adeptos para realização das atividades em grupo, foi aplicada o Protocolo Baseado na Avaliação Geriátrica Ampla (AGA) - Universidade Potiguar - UnP, na qual contém identificação, anamnese, Escala Visual Analógica (EVA), rastreamento de episódios de tonturas e quedas e Escala de Atividades Básicas de Vida Diária de KATZ.

Para a grande parte dos idosos o Protocolo de avaliação não foi aplicado satisfatoriamente, devido os mesmos apresentarem déficit cognitivo e funcional graves. Já nos idosos restritos ao leito, por apresentarem distúrbios psiquiátricos graves e não se locomoverem, foi realizada uma avaliação, contendo: sinais vitais, exame físico, avaliação cardiorrespiratória, coordenação e equilíbrio estático, estes últimos não foram realizados em todos os idosos, devido ao quadro de imobilidade e as extensões de contraturas. Após conhecer as principais necessidades dos idosos, foi elaborado um plano de tratamento, com objetivos e condutas de acordo com suas limitações.

As condutas propostas foram desenvolvidas com objetivo de promover o aumento e/ou manutenção da amplitude de movimento das articulações, melhora da força muscular, flexibilidade,

alívio da dor, melhora do equilíbrio e marcha, da cognição, menor dependência para realização de atividades diárias e significativa melhora da qualidade de vida.

As atividades em grupo com “Ginástica na Terceira Idade”, com duração de uma hora, foram realizadas uma vez por semana, com utilização de bastões, bola e “amarelinha” confeccionada em EVA, contemplando: a aferição dos sinais vitais, seguido de alongamento muscular ativo-assistido dos principais grupos musculares da cervical e membros superiores e inferiores, exercícios ativo-assistidos para os movimentos de flexo-extensão do ombro e cotovelo, elevação escapular, flexão lateral de tronco, abdução de ombros com cotovelo flexionado, flexão plantar e dorsiflexão, treino de equilíbrio e motricidade com bola plástica sendo arremessada, tentando desestabilizar a paciente e objetivando que a mesma segure e arremesse a bola de volta e a brincadeira da “amarelinha”. Em seguida, foi realizado o atendimento individualizado dos pacientes restritos ao leito e dos que necessitavam de atendimento individualizados, de acordo com a conduta proposta para cada paciente avaliado.

## **RESULTADOS E DISCUSSÕES**

Durante o ano de 2017 foram realizados uma vez por semana grupos com “Ginástica na terceira idade”, atendimentos individuais e com os que estavam restritos ao leito de segunda a sexta, a fim de promover melhora na funcionalidade e qualidade de vida. O número de sessões foram estabelecidas de acordo com a necessidade de cada idoso.

Para a grande parte dos idosos o protocolo de avaliação não foi aplicado satisfatoriamente, devido os mesmos apresentarem déficit cognitivo e motores graves corroborando com estudo realizado por Ribas<sup>4</sup> onde os idosos atendidos, pela Fisioterapia, em ILPI no Município de Pindamonhangaba possuíam incapacidade funcional, perda de mobilidade, prejuízos no equilíbrio e déficit cognitivo graves.

A execução do fisioterapeuta na ILPI envolveu a realização de oficina “cuidando com postura” voltada para o cuidador com o intuito de capacitar/sensibilizar os funcionários sobre a postura correta ao fazer transferência do idoso, assim como atividades realizadas no dia a dia. Para assim evitar a ocorrência de lesões no idoso e no cuidador se forem realizadas com a postura incorreta. A realização desse espaço de debate possibilitou a identificação de fragilidades e potencialidades dos cuidadores, favorecendo o empoderamento e gerando motivação para execução das suas atividades.

Em oficina realizada por Melo<sup>5</sup> onde teve como objetivo capacitar e ampliar o conhecimento dos cuidadores em relação ao processo de envelhecimento; apresentar estratégias de melhoria da assistência aos idosos residentes nas instituições; estimular o desenvolvimento de novas habilidades aos cuidadores diante dos temas discutidos na oficina. A oficina obteve êxito em promover atividades de educação em saúde além de prover conhecimento técnico aos seus participantes, contribuindo para melhorar de forma integral a saúde e os cuidados ao idoso residente em ILPI.

Em estudo realizado por Biasoli<sup>6</sup> a reabilitação física teve como objetivo principal a melhoria da amplitude do movimento (ADM), da força muscular, da mobilidade articular, das atividades da vida diária (AVDs), além da melhora da auto-imagem do paciente. Assim como em nosso estudo as condutas propostas foram desenvolvidas com objetivo de promover o aumento e/ou manutenção da amplitude de movimento das articulações, melhora da força muscular, flexibilidade, melhora do equilíbrio e marcha, da cognição, menor dependência para realização de atividades diárias e significativa melhora da qualidade de vida.

Após 20 sessões com as condutas propostas houve melhora significativas em 80% dos idosos no que concerne a dor, auto-estima, evolução de paciente que não deambulava devido a fratura do fêmur, melhora no equilíbrio, força muscular, amplitude de movimento, diminuição de quedas e melhora nas AVDS (como vestir-se, calçar sapatos e higiene pessoal), corroborando com estudo de Montenegro e Silva<sup>7</sup>, o programa de fisioterapia em seu estudo foi eficaz e propiciou melhora significativa no desempenho das atividades funcionais, contribuindo para redução das incapacidades e limitações funcionais em idosos institucionalizados.

## **CONCLUSÃO**

O atendimento fisioterapêutico ao idoso institucionalizado consiste em um grande desafio exigindo do profissional criatividade e persistência. Os atendimentos promoveram melhora da auto-estima, alívio da dor, evolução de paciente que não deambulava devido a fratura do fêmur, melhora no equilíbrio, força muscular, amplitude de movimento, diminuição de quedas e melhora nas AVDS. Por fim, destaca-se que a atuação fisioterapêutica é de suma importância para reabilitação funcional e melhora na qualidade de vida de idosos institucionalizados.

## REFERÊNCIAS

1. Pelegrin, Andressa K.A.P et al. Idosos de uma Instituição de Longa Permanência de Ribeirão Preto: níveis de capacidade funcional. **Arq Ciênc Saúde** 2008, v 15, n 4, p:182-8.
2. Faria, Juliana de Castro et al. Importância do treinamento de força na reabilitação da função muscular, equilíbrio e mobilidade de idosos. **Acta Fisiátrica**, v 10, n 3, p: 133-137, 2003.
3. Ely, J. C. et. al. Atuação fisioterápica na capacidade funcional do idoso institucionalizado. **Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano**, Passo Fundo, v. 6, n. 2, p. 293-297, 2009.
4. Ribas, Rodrigo Tadeu Bittencourt. Perfil de Idosos Atendidos pela Fisioterapia em Instituições de Longa Permanência em Pindamonhangaba – SP. **UNOPAR Cient Ciênc Biol Saúde**, v 14, n 1, p:9-16, 2012.
5. Melo, Alana Dantas et al. **I Oficina para Formação de Cuidadores de Idosos Institucionalizados:** relato de experiência. Disponível em [file:///F:/CONGRESSO%20ILPI/congresso%20envelhecimento%20fisio/2014\\_78\\_9408.pdf](file:///F:/CONGRESSO%20ILPI/congresso%20envelhecimento%20fisio/2014_78_9408.pdf). Acesso em 19/07/2017.
6. Biasoli, M.C. Tratamento fisioterápico na terceira idade. **RBM - rev. bras. med.** vol. 64 - edição especial - novembro/2007.
7. Montenegro, S. M. R. S; Silva, C. A. B. Os efeitos de um programa de fisioterapia como promotor de saúde na capacidade funcional de mulheres idosas institucionalizadas. **Rev. Bras. Geriatr. Gerontol**, v. 10, n. 2, p:161-178, 2007.