



FACULDADE DE ENSINO SUPERIOR DE CAMPINA GRANDE – FAC – CG

DOCENTE: EDUARDO ANTONIO COSTA SILVA

DISCENTE: ANA FABIA ROCHA GOMES

ASSISTÊNCIA DE FISIOTERAPIA A IDOSOS

CAMPINA GRANDE – PB
MAIO DE 2016

ASSISTÊNCIA DE FISIOTERAPIA A IDOSOS

Trabalho apresentado à disciplina de Metodologia Científica para obtenção de nota da III Unidade Temática.

Orientador (a): Eduardo Antonio Costa Silva

CAMPINA GRANDE – PB

MAIO DE 2016

RESUMO:

Introdução: A assistência de fisioterapia ao idoso é crucial, pois se trata de indivíduo com limitações e fragilidade. *Objetivo:* analisar como esta sendo a assistência de fisioterapia aos idosos, e como promover uma vida mais saudável e com melhores condições. *Materiais e métodos:* artigos tomados dos bancos de dados eletrônicos, tais como Scielo, Revistas online, os critérios usados foram artigos publicados de 2010 á 2013, que abordassem pelo tema assistência de fisioterapia ao idoso. *Resultados e discussões:* Com base nos artigos pesquisados, verificou-se um consenso entre autores que a fisioterapia é fundamental para uma vida social de pessoas idosas, pois promove bem estar físico auxilia no equilíbrio, na marcha, na musculatura, e, assim, estimulando o idoso a ter uma vida mais social. *Conclusão:* Infere-se que o idoso é muito frágil e necessita de uma assistência à saúde, a fisioterapia é um instrumento que auxilia o idoso nessa fase da vida.

Palavras-chave: Idoso. Assistência à saúde. Fisioterapia.

Abstract:

Introduction: physiotherapy care to the elderly is crucial, because it is individual with limitations and fragility. *Objective:* To analyze how this being the physiotherapy care to the elderly, and how to promote a healthier life and better conditions. *Methods:* Articles taken from electronic databases such as Scielo, online journals, and the criteria were articles published from 2010 to 2013, which addressed the topic physiotherapy care to the elderly. *Results and discussion:* Based on the articles surveyed, there was a consensus among authors that physical therapy is fundamental to social life of older people, because it promotes physical well-being assists in balance, gait, the muscles, and thus stimulating the elderly to have a more social life. *Conclusion:* It is inferred that the elderly is very fragile and needs a health care, physical therapy is an instrument to help the elderly in this phase of life.

Key words: Elderly. Health assistance. Physiotherapy

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	4
2 MATERIAIS E MÉTODOS.....	5
3 RESULTADOS E DISCUSSÕES	6
4 CONCLUSÃO.....	8
REFERÊNCIAS.....	9

1 INTRODUÇÃO

No Brasil, considera-se idoso o indivíduo que tem 60 anos ou mais de idade, constituindo assim, um dos segmentos da sociedade brasileira que mais cresce, isso revela um fato preocupante, pois com essa mudança na composição populacional, a atenção para com as pessoas da Terceira Idade deve ser redobradas, por assim dizer. Pois os riscos de quedas, de fraturas do fêmur e do quadril são mais frequentes nessa etapa da vida e as consequências de tudo isso representa um grande problema de saúde nos idosos.

Por conseguinte, além de o idoso “levar nas costas o peso da idade” e todas as mazelas que afligem essa etapa da vida, ainda sofre alterações morfológicas, funcionais nos grandes órgãos e sistemas. E com a redução da massa óssea, apesar de não ser um fator de risco para quedas, colabora, de forma significativa, para o risco de fraturas (MENESES et al, 2011).

Cotidianamente, os idosos brasileiros vivem angustiados, com medo, depressão, solidão, e tudo isso pode agravar suas atividades habituais. Assim, percebe-se que a assistência a esses idosos tem que ser tanto psicológico como fisiológico. Dessa forma, ao atender o idoso o fisioterapeuta deve estar atento a uma serie de alterações físicas, psicológicas e sociais.

Nesse sentido, a educação voltada à saúde, exercícios físicos globais e específicos, orientações posturais realizados tanto de forma individual quanto em grupos, pode ser determinada como medidas principais da fisioterapia para tratar o envelhecimento motor, conforme Costa e Silva (2008).

Dado o exposto, o objetivo que permeia este estudo é analisar através de pesquisas bibliográficas como está sendo a assistência ao idoso por fisioterapeutas, uma vez que, nessa etapa da vida, a mesma seja realizada de maneira humanizada, posto que o senil se configura em um paciente especial e requer atendimento diferenciado, como aponta Lima et al (2010).

2. MATERIAIS E MÉTODOS

Por se tratar de uma temática de suma importância e que merece atenção, nossa pesquisa se classifica como bibliográfica, de natureza qualitativa, explicativa. Para tanto, buscamos trabalhar com autores que abordam o tema em questão, utilizando para isso, bancos de dados do meio eletrônico, tais como Scielo, Revista HORUS - volume 4, numero1. A pesquisa foi efetivada por tópicos dos artigos selecionados nas bases de dados citadas. Os critérios para seleção dos artigos foram estudos elaborados no período de 2003 a 2015 e que tratassem especificamente da questão da assistência da Fisioterapia a idosos. Dentre os quais foram escolhidos apenas quatro por serem mais precisos na abordagem da temática.

3. RESULTADOS E DISCUSSÕES

Podemos observar, através das pesquisas realizadas, que o tema acerca da assistência de fisioterapia a idoso, ainda tem muito a avançar, pois a população de idosos, muitas vezes, não sabe e não é orientada a buscar esses recursos a seu favor. Nesse sentido, buscamos artigos que nos fornecessem dados precisos sobre os cuidados e assistência que os idosos necessitam nessa fase da vida, onde seus sistemas como neurológico, fisiológicos e psicológicos requerem mais atenção e cuidados.

De acordo com Costa e Silva (2008), um dos grandes desafios a serem enfrentados com o passar dos anos é o envelhecimento, onde a sociedade terá que descobrir meios que possam sanar o avanço da inaptidão funcional, comprometimento da independência física, mental e autonomia pessoal que muitos idosos, ainda, enfrentam. Além disso, conforme Veras (2003), o envelhecimento saudável deve não só fazer parte das preocupações do setor saúde, mas também ser incluída como prioridade em todos os âmbitos.

Segundo Deliberato (2002) apud Costa e Silva (2008), o fisioterapeuta que atende pacientes nessa faixa etária deve conhecer os princípios de aplicações de exercícios físicos em indivíduos, principalmente se deseja atuar no nível primário de prevenção. Hoje em dia, para os profissionais da saúde é de grande preocupação alertar as pessoas idosas sobre os melhores cuidados para obter um envelhecimento saudável.

O tratamento fisioterapêutico pode ser necessário em qualquer fase da vida, porém na terceira idade tem uma relevância maior, não só de tratamento, mas como prevenção. Pois o idoso requer uma atenção, por assim dizer, mais rigorosa, já que é uma fase em que a teimosia, a impaciência com suas limitações, a inquietação preponderam.

Para Geis (2003) apud Costa e Silva (2008), a prática regular de exercícios físicos para a Terceira Idade evidencia os efeitos positivos da atividade motora regular e contínua. Assim, o exercício físico para o idoso está situado em prevenção, manutenção, e reabilitação a saúde. Ainda para o autor, a atividade física, sobretudo em idades avançadas, age na manutenção da função, para manter funcionais todos os sistemas que compõem o organismo, tais como: sistema muscular, sistema nervoso e sistema osteoarticular. Mas, perante os esforços intensos e breves, o

idoso tem dificuldades para habituar-se. Com isso, em princípio, os exercícios rápidos e violentos não são aconselhados para pessoas com idade mais avançadas.

Nessa perspectiva, a fisioterapia trabalha a musculatura melhora o equilíbrio a estabilidade postural, assim reduzindo a imobilidade e aumentando a independência do idoso para exercer suas atividades diárias com mais disposição. Pois os idosos que envelhecem em melhores condições são aqueles que permanecem na ativa.

Segundo Johnson (2001) apud Costa e Silva (2008), a fisioterapia na saúde do idoso tem como objetivo analisar os problemas clínicos e funcionais, características do idoso. Assim, percebe-se que fisioterapia é de grande importância, pois ela promove benefícios a curto e longo prazo como, por exemplo, melhora a qualidade de vida, melhora a força muscular, auxilia na marcha, trabalha o equilíbrio entre outros benefícios.

Meneses et al (2011), em seu artigo intitulado “Equilíbrio, controle postural e força muscular em idosas osteoporóticas com e sem quedas”, cujo objetivo foi comparar o equilíbrio, o controle postural e a força muscular em idosas osteoporóticas com e sem quedas referidas, apontaram que os dados coletados sugeriram que pessoas idosas com osteoporose e com histórico de quedas apresentaram pior equilíbrio e controle postural quando comparadas a idosas com osteoporose sem histórico de quedas.

Portanto, através dos artigos escolhidos para a elaboração desta pesquisa, ficou evidente que todos tratam da temática de forma objetiva, atendendo, assim, a nossa expectativa.

4. CONCLUSÃO

Observamos que a fisioterapia é uma grande aliada aos idosos, pois auxilia em na marcha, ajuda no equilíbrio, fortalece a musculatura e também fornece tratamento cardiorrespiratório entre outros recursos. Concluímos que todos os idosos devem ter assistência fisioterapêutica, para que gozem de suas vidas com saúde.

REFERÊNCIAS

COSTA, Aline Herrera; SILVA, Carla Cristiane da. **Fisioterapia na saúde do idoso: exercícios físicos na promoção da qualidade de vida**. Revista Hórus, v. 4. São Paulo, 2008. Disponível em: <http://www.faeso.edu.br/horus/cienciasdasaude/9.pdf>. Acesso: 27 de Maio de 2015.

LIMA, Thaís Jaqueline Vieira de; ARCIERI, Renato Moreira; GARBIN, Cléa Adas Saliba e MOIMAZ, Suzely Adas Saliba. **Humanização na Atenção à Saúde do Idoso**. Saúde soc. [online]. 2010, vol.19, n.4, pp. 866-877. ISSN 0104-1290. <http://dx.doi.org/10.1590/S0104-12902010000400013>. Acesso em 25 de Maio de 2015

MENESES, Sarah Rubia Ferreira de; BURKE, Thomaz Nogueira e MARQUES, Amélia Pasqual. **Equilíbrio, controle postural e força muscular em idosas osteoporóticas com e sem quedas**. Fisioter. Pesqui. [online]. 2012, vol.19, n.1, pp. 26-31. ISSN 1809-2950. <http://dx.doi.org/10.1590/S1809-29502012000100006>. Acesso em 30 de Maio de 2015.

VERAS, Renato. **Em busca de uma assistência adequada à saúde do idoso: revisão da literatura e aplicação de um instrumento de detecção precoce e de previsibilidade de agravos**. Cad. Saúde Pública [online]. 2003, vol.19, n.3, pp. 705-715. ISSN 1678-4464. <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-311X2003000300003>. Acesso em 25 de Maio de 2015.