

Performance Fisioterapêutica na reabilitação da saúde do idoso

Physiotherapeutic Performance in the rehabilitation of elderly health

Rendimiento Fisioterapéutico en la rehabilitación de la salud del anciano

Recebido: 08/07/2022 | Revisado: 29/07/2022 | Aceito: 10/08/2022 | Publicado: 18/08/2022

Erick Michell Bezerra Oliveira

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6056-2863>
Universidade Federal da Paraíba, Brasil
E-mail: erickmichell1@hotmail.com

Julianne de Area Leão Pereira da Silva

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4529-0104>
Universidade Federal do Maranhão, Brasil
E-mail: juliannealp@yahoo.com.br

Jonas Alves Cardoso

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5568-2024>
Hospital Macrorregional de Caxias, Brasil
E-mail: jonasalves@pi.senac.br

Rubenilson Luna Matos

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4744-9396>
Sociedade Beneficente Israelita Brasileira Hospital Albert Einstein, Brasil
E-mail: rubenilsonluna@hotmail.com

Roberta Taizar Bezerra Silva

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6464-6295>
Hospital Macrorregional de Caxias, Brasil
E-mail: roberta_thaisa@hotmail.com

Antonia Larissa Araújo Paixão

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1378-7183>
Hospital Macrorregional de Caxias, Brasil
E-mail: larysha49@gmail.com

Maria Edina dos Santos Silva

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4270-8061>
Hospital Macrorregional de Caxias, Brasil
E-mail: fga.edinasantos10@gmail.com

Bruno Leonardo da Silva dos Santos

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5722-1651>
Faculdade Einstein, Brasil
E-mail: brunoleonardo3012@gmail.com

Bruna Andrade Gomes Rocha

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0262-5894>
Hospital Macrorregional de Caxias, Brasil
E-mail: bruna-agomes@hotmail.com

Resumo

O envelhecimento da sociedade é um acontecimento do mundo, iniciando nas nações desenvolvidas, e vem tomando proporções grandiosas nos territórios de moderada e rebaixada renda, em destaque o Brasil. Uma representação do crescente grupo de pessoas idosas, em comparação à população a juventude no Brasil é o “índice de envelhecimento”, que irá ter um crescente de 43,19%, em 2018, para 173,47% em 2060. Tem como objetivo: Analisar o atendimento fisioterapêutico na reabilitação da saúde do idoso. Este estudo tratou-se de uma revisão bibliográfica narrativa utilizando artigos selecionados datados dos últimos 10 anos (janeiro de 2011 á junho de 2021), encontrados nas bases de dados Google acadêmico, Literatura da América Latina e Caribe – LILACS e Biblioteca Cochrane no sítio da Biblioteca Virtual em Saúde - BIREME, Scientific Eletronic Library Online – SCIELO, foram consultados também dissertações e teses. Assim as diversas modificações psicológicas, sociais, e corporais sofrido pela pessoa idosa, deve ser assistida da melhor forma possível tanto no âmbito governamental, com o aumento e progresso de políticas pública, como a capacitação dos profissionais de saúde.

Palavras-chave: Assistência integral à saúde; Fisioterapia; Envelhecimento.

Abstract

The aging of society is a world event, starting in developed nations, and has taken on great proportions in moderate and low income territories, especially Brazil. A representation of the growing group of elderly people, compared to the youth population in Brazil, is the “ageing index”, which will grow from 43.19% in 2018 to 173.47% in 2060. : To analyze the physiotherapeutic care in the rehabilitation of the health of the elderly. This study was a narrative

literature review using selected articles dated from the last 10 years (January 2011 to June 2021), found in the Google Academic, Latin American and Caribbean Literature - LILACS and Cochrane Library databases on the website of Virtual Health Library - BIREME, Scientific Electronic Library Online - SCIELO, dissertations and theses were also consulted. Thus, the various psychological, social, and bodily changes suffered by the elderly person must be assisted in the best possible way both within the government, with the increase and progress of public policies, as well as the training of health professionals.

Keywords: Comprehensive health assistance; Physiotherapy; Aging.

Resumen

El envejecimiento de la sociedad es un evento mundial, comenzando en las naciones desarrolladas, y ha tomado grandes proporciones en los territorios de renta media y baja, especialmente en Brasil. Una representación del grupo creciente de ancianos, en comparación con la población joven en Brasil, es el “índice de envejecimiento”, que pasará de 43,19% en 2018 a 173,47% en 2060: Analizar la asistencia fisioterapéutica en la rehabilitación del salud de los ancianos. Este estudio fue una revisión narrativa de la literatura utilizando artículos seleccionados con fecha de los últimos 10 años (enero de 2011 a junio de 2021), encontrados en las bases de datos Google Academic, Latin American and Caribbean Literature - LILACS y Cochrane Library en el sitio web de la Biblioteca Virtual en Salud - BIREME, Scientific Electronic Library Online - SCIELO, también se consultaron disertaciones y tesis. Así, los diversos cambios psicológicos, sociales y corporales que sufre el anciano deben ser atendidos de la mejor manera posible tanto desde el ámbito gubernamental, con el aumento y avance de las políticas públicas, como en la formación de los profesionales de la salud.

Palabras clave: Asistencia integral en salud; Fisioterapia; Envejecimiento.

1. Introdução

O envelhecimento da população, é um considerado um dos grandiosos eventos da sociedade na atualidade. Levando em consideração, a diminuição da mortalidade e da fecundidade, e da lógica ampliação da probabilidade de viver, aproximadamente completas os países do globo, não deixando de fora a nação brasileira, têm vivido o aumento gradativo da classe de idosos. Supõe-se que no ano de 2050 em torno de 1,5 bilhão de indivíduos no globo terrestre apresentarão 65 anos de idade ou até mesmo mais, representando cerca de 16% da população mundial (United Nations, 2020).

O envelhecimento da sociedade é um acontecimento do mundo, iniciando nas nações desenvolvidas, e vem tomando proporções grandiosas nos territórios de moderada e rebaixada renda, em destaque o Brasil (Souza, 2021). Uma representação do crescente grupo de pessoas idosas, em comparação à população a juventude no Brasil é o “índice de envelhecimento”, que irá ter um crescente de 43,19%, em 2018, para 173,47% em 2060 (Perissé & Marli, 2019).

O processo de envelhecer é natural, e desencadeia modificações biológicas, psicológicas e sociais no ser humano (Mendes et al, 2021).

Muitos idosos, desenvolve a dependência, que é a inaptidão funcional da pessoa idosa na realização Atividades Básicas da Vida Diária (ABVD), como vestir-se e tomar banho, comer, ou a incapacidade de execução das Atividades Instrumentais da Vida Diária (AIVD), como ir na agência bancária, uso de transporte, e até mesmo comunicar-se. Neste fato, os idosos precisam de uma ajuda para a efetivação desses afazeres e para a gerir a própria vida (Ceccon, 2021).

Inúmeros recursos da fisioterapia, como a mobilização, cinesioterapia, eletrotermofototerapia, hidroterapia, massoterapia têm potencial de eficácia no cuidado e reabilitação das transformações que acontecem no decorrer da vida do idoso, especialmente no sistema musculoesquelético. Atualmente, por exemplo dentro do âmbito hospitalar, o fisioterapeuta é responsável por toda mobilidade dos pacientes, deixando o velho pensamento que a pessoa idosa deve ficar acomodada, evitando o aparecimento de múltiplas doenças associadas ao repouso prolongado. Prontamente, a presença deste profissional é peça crucial na assistência dentro desse processo natural (Ramos, 2021).

Diante do exposto e da necessidade da intensificação e disseminação, de estudos que trazem alusão sobre o tema “Performance Fisioterapéutica na Reabilitação da Saúde do Idoso” faz-se indispensável a formação de novas pesquisas que tragam essas argumentações para tais questionamentos, uma vez que a sociedade se encontra passando por esse processo de

envelhecimento, e temos que construir meios, métodos, técnicas, e cuidados voltados para a saúde do idoso, enfatizando o trabalho fisioterapêutico dentro desse andamento.

Considerando os desafios apontados, o presente estudo busca compreender o processo de envelhecimento da sociedade, e as ações da fisioterapia na prevenção, e principalmente na reabilitação do indivíduo idoso, através de uma revisão bibliográfica, na busca de uma nova reflexão na ação do envelhecer.

Apesar das investigações existentes sobre o tema: Performance Fisioterapêutica na Reabilitação da Saúde do Idoso, nota-se a necessidade de realização de mais pesquisas sobre a temática, para se ter uma melhor e real dimensão desse dinamismo do envelhecimento. Assim a realização desse estudo será uma ferramenta fundamental para amplificação de pesquisas acerca do tema, o que poderá trazer informações cruciais e enriquecer a qualidade de vida desses idosos, mediante as ações da fisioterapia, bem como poderá ser utilizado como fonte para novas pesquisas.

2. Metodologia

Para a obtenção do objetivo escolhido, este estudo tratou-se de uma revisão bibliográfica narrativa, o qual, segundo Polit e Beck (2011), corresponde na exposição de pesquisas atualizadas a respeito do tema explorado com o objetivo de destacar lacunas no corpo de pesquisas, portanto estimular estudiosos a aprimorar as bases de dados científicos.

A revisão narrativa possibilita a efetivação de uma apreciação ampla e atual, permitindo uma apreciação crítica do estudo em questão a começar das bases teóricas e contextual dos pesquisadores, promovendo a escolha e análise de elementos que se conectam com os objetivos do estudo (Pavani, et al., 2021).

Este estudo tratou-se de uma revisão bibliográfica narrativa utilizando artigos selecionados datados dos últimos 10 anos (janeiro de 2011 a junho de 2021), encontrados nas bases de dados Google acadêmico, Literatura da América Latina e Caribe – LILACS e Biblioteca Cochrane no sítio da Biblioteca Virtual em Saúde - BIREME, Scientific Electronic Library Online – SCIELO, foram consultados também dissertações e teses.

Foram utilizadas na pesquisa, por meio de análise de publicações científicas, associações contemplando o tema “Performance Fisioterapêutica Na Reabilitação Da Saúde Do Idoso”. As palavras-chave utilizadas foram Reabilitação do idoso, Fisioterapia na saúde do idoso, processo de envelhecimento, nas línguas português e inglês. Os critérios de inclusão incluíram ser artigo científico com disponibilidade do texto na íntegra, publicação em periódico revisado por pares, ano de publicação (2011 a 2021). Todos os tipos de pesquisa foram considerados (revisão, estudos experimentais e estudos de caso).

3. Resultados e Discussão

3.1 Processo de envelhecimento do paciente idoso

O processo de envelhecimento tem uma importância amplamente dimensionada, que mesmo apontado com questões cronológicas, também tem envolvimento em ações biológicas, sociológicas e psicológicas, abarcando particularidades exclusivas em cada pessoa, e em estabelecido grupo social, independente que eles estejam agregados em comportamento social semelhantes. Logo, o envelhecimento é um período obrigatório do ciclo da vida, respaldado em uma ação natural, pessoal, irrefutável e essencial para a progresso do ser humano (Batista et al, 2012).

Nas sociedades, o a definição de idade ganha uma valorização significativa agraciado na consideração cultural e a progresso social em que a pessoa está inserida. Temos como exemplificação, o destaque das nações orientais, onde os mais velhos são vistos com extremo importância e reverência, caracterizados como pessoas venerados pelo sua vivência e conhecimento da vida. Diferentes das nações ocidentais, o idoso, quase sempre, tem ligação a um ciclo de melancolia, de descontentamento, originando um conceito que já foi superado, da antiguidade, do depender e dos agravantes desse processo (Batista et al, 2012).

A Organização Mundial da Saúde (OMS) traz a definição da pessoa idosa levando em consideração vivências com relação ao seu país de origem. Nos países desenvolvidos, considera-se como idoso o indivíduo a partir dos 60 anos de idade, em contrapartida nos países em desenvolvimento, esta referência aumenta para os 65 anos de idade. Em domínio nacional, a Lei 10.471/033 que delibera sobre o Estatuto da Pessoa Idosa, conceito do idoso como sendo um indivíduo com idade superior a 60 anos, em concordância com o que recomendado pela OMS (Silva, 2011).

O envelhecimento da população brasileira, vem acontecendo de maneira rápida. Os cálculos demográficos demonstram que no ano de 2020 o número de idosos no mundo inteiro constituirá de 1,2 bilhão. Levando em consideração esses dados, direcionam que no ano de 2025, a nação brasileira apresentará a 6ª maior população de pessoas idosas do mundo, com 15% da sociedade alcançando a faixa etária de 60 anos ou mesmo até mais (Gazzola, 2017).

Ainda que esteja agregado a uma ação natural, o envelhecimento não se sucede de maneira ampla. Logo o idoso é um indivíduo singular que, ao durante a sua trajetória de vida, já foi e tem a continuação da influência por eventos de demanda social, biológica, culturais, psicológica, que intervêm na maneira de sua vivência (Kuznier, 2011).

Acontecem, inquestionavelmente, mudanças no contexto físico, intelectual, próprio do envelhecimento, no qual desencadeiam transformações importantes no caráter, na individualidade e motivam emoções contínuas de medo, incerteza, e crise, que se demonstram através de condutas ríspidas, e conservantes (Altman, 2011).

Entre as diversas modificações, estão a nível estrutural e funcional nos sistemas cardiovascular, nervoso, digestivo, respiratório, locomotor e geniturinário, e outros. Podemos citar: osteopenia, sarcopenia, a diminuição do armazenamento de líquido no corpo, ainda, a diminuição da aptidão aeróbica. Essas modificações da fisiologia corporal, sucedem na diminuição óssea gradativa, de uma média de 1% a cada ano, tendo início a base da idade dos 30 anos (Silva et al, 2016).

Um fato importante é a depressão da percepção cognitiva é identificado por constância e modificações. Entre as capacidades que passam por mudanças normais, anexas às comutações da fisiologia que ocorre a nível de cérebro, apresentam-se os desempenhos executivos e determinados subsistemas da memória (Silva, 2011).

A disfunção vestibular também adquire uma importância dentro desse processo, logo o acréscimo da idade é espontaneamente ajustado à apresentação de diversos sintomas otoneurológicos adjuntos, por exemplo, tonturas, vertigem, perda auditiva, desequilíbrio, zumbido e outros (Gazzola, 2017).

3.2 Saúde do idoso

A saúde do idoso é definido por muitas fases que se consolidam longo da vida. Com esse ponto de vista, o corpo humano percorre por distintas etapas em seu desenvolvimento. Depois do nascimento, a criança progride, alcança a fase da adolescência, logo depois um amadurecimento, atingindo a chamada terceira idade. Tão bem parece ser fases individualizada, mas cada parte desse processo leva distinções importantes. Cada indivíduo tem suas particularidades e progressos, nem mesmo terão iguais experimentos. Muitos são os determinantes que tem influência no desenvolver do envelhecimento e a maneira como este é compreendido, sendo o meio cultural tendo uma função muito relevante no que acomete no significado no desenvolvimento do envelhecer humano (Morais, 2018)

Mas, o que realmente determina a velhice? Enfim, em que momento da vida nos deparamos com a velhice? O que exatamente origina que apenas aos 60, 70, 80 anos ou até mais, um indivíduo seja capaz de ser enquadrada como velha? O que se conhece sobre a velhice se adentra por estudos de desenvolvimentos fisiológicos, biológicos, funcionais, especificando uma padronização de categorização estatística. Assim, existe um modelo na assistência de patologias e uma visão futura de perdas resultado da deterioração fisiológica, e orgânico, que é uma resultante do sistema natural da evolução do ser humano (Santos et al, 2011).

Essas categorizações tendem a ter uma importância, como artifício para a análise para a construção de políticas públicas com abordagem econômica, aplicações e influência social. No que se refere a dimensão emocional, assemelhar-se a ter uma precedência de ponderações de valores adotando uma padronização de comportamento afetivo e ações, traçadas algumas vezes por credences sociais, que determinam no que pode ser aceito, ou não, nos relacionamentos dos idosos no que se refere ao vínculo familiar, afetivo e socialmente (Santos et al, 2011).

No âmbito da saúde, essa acelerada mudança epidemiológica e demográfica resulta em imensas adversidades, pois é culpado pelo aparecimento de novidades nas questões de saúde, principalmente o “alastramento de patologias crônicas e de inaptidões na funcionalidade”, procedendo em superior e mais demorada utilização das demandas de saúde (Morais, 2018)

Prontamente, a concepção de saúde deve ser bem claro. Logo temos a definição de saúde como uma avaliação da aptidão da concretização de anseios e da realização das obrigações e não somente com a falta de patologias. A maior parte dos idosos é portador de enfermidades ou problemas orgânicos que, em sua grande maioria, não tem associação no limite das tarefas ou à limitação da participação social. Logo, mesmo tendo essas patologias, o idoso deve dar continuidade de sua participação social. O objetivo da saúde está diretamente pertinente ao funcionalismo inteiro do ser, definindo a competência de dar direcionamento da sua conveniente vida ou cuidados de si próprio. O ser humano é avaliado como saudável quando tem a capacidade de concretizar suas funções sozinho, de maneira autônoma e independente, mesmo com suas doenças instaladas (Moraes, 2011).

Levando em consideração a legislação do Brasil a assistência ao idoso condicionado é de encargo prioritário de seus familiares; entretanto essa pertinência é possível ser impedida em colocação de novos padrões e disposições familiares, de maneira especial, pelo aumento da contribuição do sexo feminino (clássica no cuidado) no âmbito de trabalho. Essa conjuntura, comina ao governo e à comunidade de forma geral a atribuição no compartilhamento com os familiares a assistência com esse idoso (Silva, 2019).

Não podendo deixar passar, que desde 2005, temos acentuadas as normativas práticas para a funcionalidade das ILPI, através da Resolução da Diretoria Colegiada da Agência Nacional de Vigilância Sanitária – RDC/ANVISA nº 283, de 26 de setembro de 2005 (Brasil, 2005). Tendo em vista esta resolução, as ILPI, entre outras cobranças, necessitam do aparato de um quadro multidisciplinar que tenha uma assistência tendo em base as muitas precisões de saúde dos idosos (que são capazes de exibir níveis de dependência versátil - de 1 a 3 - sendo o 3 o de superior dependência). Essas equipes carecem de ter no mínimo, educador físico, fisioterapeuta, assistente social, médico, técnicos de enfermagem, cuidador de idosos, nutricionista e enfermeiro (Brasil, 2005; Santos et al, 2011).

Notadamente, a atuação de diversos profissionais como musicoterapeutas, fonoaudiólogos farmacêuticos, terapeutas ocupacionais, seria capaz de expandir a atenção à saúde dos idosos reconhecidos o que sugere, dentre outros tópicos, a sustentação de uma agradável condição de saúde, a fim de que esse indivíduo consiga obter um elevado nível de vida em atividade e de maneira proveitosa, no espaço em que esteja implantado, com autossuficiência e bem-estar física, psicológico e social (Santos et al, 2011).

3.3 Reabilitação fisioterapêutica na saúde do idoso

Levando em consideração os completos dimensionamentos da saúde do idoso, e a pluralidade individual, a intervenção multiprofissional em saúde é a mais apropriada. É recomendada uma avaliação não sendo apenas questões pautadas na estruturação corporal e funcionalidade, como também os prováveis limites em celeridades e moderação na participativa social, analisando as condições atual, pessoal e ambiental, abrangidos (World Health Organization, 2016). Contudo, constata-se que, apesar da existência de políticas que trazem um aparato ao manejo integralizado do idoso,

permanecem interdições a respeito da sua aplicabilidade prática, da mesma forma que deficiência voltada à qualificação desses profissionais (Monteiro et al, 2020).

A Organização Mundial da Saúde (OMS) destaca a precisão de habilitação dos profissionais abrangidos na dedicação ao idoso como tática na garantia do cuidado adequado (World Health Organization, 2016). Tais profissionais, o fisioterapeuta tem um grandioso destaque, pois sua atuação sobre os distintos órgãos e os sistemas do corpo, com o desígnio de precaver e abordar enfermidades cinéticos funcionais, gerando o mais perfeito funcionalismo (COFFITO, 1978). Dessa forma, a Associação Americana de Fisioterapia (APTA) distingue o profissional de fisioterapia como insubstituível no tratamento da pessoa idosa, desempenhando-nos múltiplas condições de atenção à saúde e na promoção de avanços no condicionamento de saúde, o que trás possibilidades de um mais saudável modo de viver (Wong et al, 2014).

O profissional de fisioterapia tem como base a ação nas precauções, a intervenção do desenvolvimento de patologias, procurando devolver a estabilização fisiológica e a qualidade de vida. Assim sendo é um instrumento primordial no sistema de atenção à saúde, resultando na ação em todo o nivelamento de atenção a saúde (Filho, 2014).

Encontra-se no Código de Ética Profissional do Fisioterapeuta, não apenas os direcionamentos alusivos à reabilitação assim como a atenção da saúde do ser humano, como também sua cooperação em programações de assistência à sociedade. Para exercer essa prática desse nível, o fisioterapeuta deve estar capacitado e relacionado com as políticas de saúde e esclarecidos a respeito das diretrizes do Sistema Único de Saúde (Aveiro et al, 2011).

Ribeiro (2012), ressalta sobre a importância da fisioterapia gerontológica nos dias atuais, que é de conservar a função motora e cognitiva do idoso e ao mesmo tempo propiciando um retardamento das instalações das incapacidades decorrentes do processo de envelhecimento, ou reabilitando funcionalmente o idoso para as atividades de vida diária, a partir de suas potencialidades, heterogeneidades e especificidades. Argumenta ainda que é essencial entender que a mesma não se baseia apenas na reabilitação, mas também proporciona ao idoso a abrangência da sua totalidade.

Um dos recursos terapêuticos utilizados pelos idosos para assegurar a manutenção da capacidade funcional é a fisioterapia. As técnicas fisioterapêuticas têm papel importante na preservação da função física dos idosos, com o intuito de prevenir ou adiar a instalação de incapacidades, diminuindo assim o comprometimento imposto por enfermidades incapacitantes e promovendo uma melhor adaptação do indivíduo à sua realidade (Rossi, 2017).

A cinesioterapia é conceituada como o uso do movimento ou exercício como forma de tratamento. É uma técnica que baseia nos conhecimentos de anatomia, fisiologia e biomecânica, no objetivo de proporcionar aos pacientes um melhor e mais eficiente trabalho de prevenção, cura e reabilitação. Em idosos, a cinesioterapia é utilizada com objetivo de promover manutenção da postura, no intuito de evitar quedas, buscando melhorar a força muscular, flexibilidade e equilíbrio, por sua vez, na busca da melhora da resistência, potência da funcionalidade do idoso e melhora na qualidade de vida (Silva et al, 2016).

A fisioterapia exerce um fundamental papel na manutenção funcional se for associado a um programa baseado em exercícios de flexibilidade, de força e de equilíbrio, ou seja, a cinesioterapia propriamente dita (Silva et al, 2016). Estudo realizado em São Paulo- SP, com 353 idosos, utilizando os mesmos exercícios de flexibilidade, de força e de equilíbrio, e incluindo exercícios de fortalecimento voltados para a musculatura antigravitacional, demonstrou que idosos que realizam programa cinesiotepêutico apresentam melhora no equilíbrio, o que diminui o risco de quedas e aumenta a independência nas atividades diárias (Soares et al, 2011).

Além da manutenção da capacidade funcional, os idosos institucionalizados necessitam de um programa cinesioterapêutico que tem por objetivo a analgesia. Neste sentido, dados de uma pesquisa realizada no Município de Jequié-BA, indicam que a ocorrência de algia nos idosos é de 73,3%, sendo elas 47,7% em membros inferiores e 25% na coluna

vertebral.²⁵ Dessa forma, verifica-se que as intervenções cinesioterapêuticas em idosos desenvolvem maior mobilidade, sucessivamente analgesia, e, se for utilizada em grupo, aumenta auto-estima e diminui o sentimento de solidão (Bispo, 2018).

Contudo, se justifica a necessidade constante de tratamento cinesioterapêutico que tem como princípio a manutenção da sua capacidade funcional (Silva et al, 2016).

4. Conclusão

A saúde do idoso vem sendo aperfeiçoada devido as mudanças sociais e econômicas ocorrido nas sociedades, principalmente nos países subdesenvolvidos, como é o caso do Brasil, que dobrará o número de idosos nos próximos anos, havendo assim uma extrema necessidade de uma visão mais ampla e humanitária para esse público.

Assim as diversas modificações psicológicas, sociais, e corporais sofrido pela pessoa idosa, deve ser assistida da melhor forma possível tanto no âmbito governamental, com o aumento e progresso de políticas pública, como a capacitação dos profissionais de saúde e envolvidos nas mais adequadas condutas com o idoso, logo este necessita de uma atenção mais específica e até mesmo especial.

O Fisioterapeuta é um profissional imprescindível dentro desse processo do envelhecimento, pois é este que lida de maneira direta e assertiva com todos os sistemas corporais, desde condutas simples como um alongamento muscular correto, evitando assim contraturas e atrofias por exemplo, como também técnicas específicas para fraturas, equilíbrio, e principalmente doenças degenerativas, que essas possuem uma grande incidência nesse público.

Assim sugerimos o desenvolvimento de trabalhos futuros que possa ser desenvolvido técnicas e protocolos para o atendimento fisioterapêutico em idosos, logo sabemos que esse público necessita de um cuidado e um olhar especial e específico, mediante a algumas fragilidades que acontecem, para que assim cada vez mais a prática fisioterapêutica seja efetiva.

Referências

- Altman, M. (2011) O envelhecimento à luz da psicanálise. *Jornal de psicanálise*. 44(80), 193-206.
- Aveiro, M. C., et al. (2011) Perspectivas da participação do fisioterapeuta no Programa Saúde da Família na atenção à saúde do idoso. *Ciência & Saúde Coletiva*. 16, 1467-1478.
- Batista, N. C., et al. (2012). A interferência das relações familiares no processo de envelhecimento: um enfoque no idoso hospitalizado. *Revista Kairós: Gerontologia*. 15(3), 169-189.
- Bispo, N. N. C., et al. Fisioterapia em Idosos Institucionalizados: os Benefícios dos Exercícios em Grupo. *UNOPAR Cient., Ciênc. Biol. Saúde*, 11(1), 47-50, 2018.
- BRASIL. Resolução de Diretoria Colegiada - RDC nº 283, de 26 de setembro de 2005. Regulamento técnico para o funcionamento de instituições de longa permanência para idosos. *Diário Oficial [da] República Federativa do Brasil*, Poder Executivo, Brasília, DF, 26 set. 2005.
- Ceccon, R. F., et al. (2021). Envelhecimento e dependência no Brasil: características sociodemográficas e assistenciais de idosos e cuidadores. *Ciência & Saúde Coletiva*. (26), 17-26.
- COFFITO - Conselho Federal de Fisioterapia e Terapia Ocupacional (BR). (1978). Resolução nº 10, 3 de julho de 1978. Aprova o Código de Ética Profissional de Fisioterapia e Terapia Ocupacional. *Diário Oficial da União*.
- Silva, S., et al. (2016). Cinesioterapia em idosos de Instituições de Longa Permanência. *Amazônia: Science & Health*. 4(4), 32-36.
- Santos, S. S., et al. (2011). Observações clínicas sobre o valor das reminiscências no processo de envelhecimento. *Barbarói*.128-140
- Filho, D. R. (2014). Desenvolvimento de um software para identificar o nível de atuação do fisioterapeuta nos nasf's. Universidade Estácio de Sá, Rio de Janeiro.
- Gazzola, J. M., et al. O envelhecimento e o sistema vestibular. *Fisioterapia em movimento*. 18(3), 2017.
- Kuznier, T. P. (2011) O idoso hospitalizado e o significado do envelhecimento. *Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro*.
- Mendes, L. S. F., et al. (2021). A contribuição da Fisioterapia no cuidado de qualidade ao idoso institucionalizado: Um Relato De Experiência. In: *Anais do Congresso de Geriatria e Gerontologia do UNIFACIG*.

- Monteiro, I. O. et al. (2020) A saúde do idoso na graduação em fisioterapia no Brasil: um estudo transversal. *Fisioterapia e Pesquisa*, 27, 93-99.
- Moraes, E. N. d. (2018). Atenção à saúde do idoso: aspectos conceituais.
- Moraes, E. N. (2011). Princípios básicos de geriatria e gerontologia. Belo Horizonte: Folium.
- Papalia, D. E. (2021). Desenvolvimento Humano. *Artmed*. 8.
- Pavani, F. M., et al. (2021). Covid-19 and repercussions in mental health: a narrative review of literature. *Revista Gaúcha de Enfermagem*. 42(5), e20200188.
- Perissé, C., & Marli, M. (2019). Caminhos para uma melhor idade. *Retratos: A revista do IBGE*, Rio de Janeiro, 16(1), 18-25.
- Polit, D. F., & Beck, C.T. (2011). Fundamentos de pesquisa em enfermagem: avaliação de evidências para a prática de enfermagem. 7a ed. Porto Alegre (RS): Artmed.
- Ramos, I. P., et al. (2021). Atuação da Fisioterapia na prevenção de complicações causadas pela síndrome do imobilismo em idosos acamados: uma Revisão Integrativa. *Revista CPAQV-Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida-CPAQV Journal*. 13(1).
- Ribeiro, C. (2012). As oito premissas da fisioterapia gerontológica. A atuação fisioterapêutica sob a ótica da gerontologia. São Paulo: Andrei.
- ROSSI, P. G., et al. (2017). Perfil de idosos admitidos em serviço de fisioterapia frente à sazonalidade. *Scientia Medica*. 27(2), 8.
- Santos, S. S. C., et al. (2011). The nurse role in the seniors' long permanence institution. *Revista de Enfermagem UFPE, Recife*. 2(3), 262-268.
- Silva, L. A., et al. (2011). Representações sociais do processo de envelhecimento de pacientes psiquiátricos institucionalizados. *Escola Anna Nery*. 15, 124-131.
- Silva, R. S., et al. (2019). Condições de saúde de idosos institucionalizados: contribuições para ação interdisciplinar e promotora de saúde. *Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional*. 27, 45-356.
- Silva, T. B. L., et al. (2011). Fluência verbal e variáveis sociodemográficas no processo de envelhecimento: um estudo epidemiológico. *Psicologia: Reflexão e Crítica*. 24, 739-746.
- Soares, M. A. et al. (2011). Efeitos da cinesioterapia no equilíbrio de idosos. *Rev Neurocienc*. 16(2), 97-100.
- Souza, E. M., et al. (2021). Educação popular, promoção da saúde e envelhecimento ativo: uma revisão bibliográfica integrativa. *Ciência & Saúde Coletiva*. 26, 1355-1368.
- United Nations. (2019). Department of Economic and Social Affairs, Population Division. *World Population Ageing 2019: highlights*. New York: UN. (ST/ESA/SER.A/430).
- Wong, R. et al. (2014). Essential competencies in the care of older adults at the completion of the entry-level physical therapist professional program of study. *Acad Geriat Phys Ther*.
- World Health Organization. (2016). *Multisectoral action for a life course approach to healthy ageing: draft global strategy and plan of action on ageing and health*.