



A CINESIOTERAPIA COMO TRATAMENTO PARA IDOSOS SARCOPENICOS

Autor(res)

Isabel Cristina Marques Fensterseifer
Luciana Maria Bim De Souza
Fernanda De Sousa Ultra
Rafael Gonçalves Campolino

Categoria do Trabalho

3

Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE BRASÍLIA

Introdução

Sem dúvida nenhuma, a fraqueza física se mostra como um dos motivos ocasionadores de muitas quedas entre os idosos, sendo frequentemente relatada nas avaliações médicas. A perda de massa muscular nos membros inferiores é um fator relevante no surgimento desses eventos, facilitando essas quedas. Nota-se também, que é muito comum quando acontecem quedas nessa população casos mais agravados de fraturas, que em casos mais extremos, podem levar esses indivíduos ao óbito. Nessa direção, sabe-se que muitos desses acontecimentos estão relacionados com alguns hábitos comuns do dia a dia dos idosos, como por exemplo, o tipo de calçados usados por eles (por exemplo, sandálias inadequadas), local onde circulam com pisos derrapantes, e a próprias marchas patológicas típicas dessa idade.

Objetivo

Um dos principais objetivos desse estudo é mostrar a importância dos cuidados que podem ser aplicados aos idosos para melhoria de sua qualidade de vida, e por consequência, de sua longevidade, quando submetidos ao tratamento da síndrome conhecida como “sarcopenia”.

Material e Métodos

O presente estudo é uma revisão de literatura feita a partir da pesquisa em bases de dados eletrônicas, como PEDRO e Google Acadêmico, utilizando como palavras-chave os termos: sarcopenia, idosos, envelhecimento e sedentarismo. Foram excluídos os artigos com mais de 10 anos, que não estivessem escritos em português, que não estivessem relacionados com o tema proposto. Um artigo de revisão é, em geral, um documento que apresenta um estudo metodológico sobre determinado tema. Existem dois principais objetivos neste tipo de artigo, unificar conteúdos relevantes acerca de uma área específica e, também, comparar e discorrer sobre uma ideia em comum.

Resultados e Discussão

A Fisioterapia é uma ciência da saúde que estuda, previne e trata os distúrbios cinéticos funcionais intercorrentes em órgãos e sistemas do corpo humano, gerados por alterações genéticas, por traumas e por doenças adquiridas.



2ª MOSTRA CIENTÍFICA

7 E 8
JUNHO
2023

Anhanguera
Brasília - DF

Fundamenta suas ações em mecanismos terapêuticos próprios, sistematizados pelos estudos da biologia, das ciências morfológicas, das ciências fisiológicas, das patologias, da bioquímica, da biofísica, da biomecânica, da cinesiologia, da sinergia funcional e da cinesiopatologia de órgãos e sistemas do corpo humano e as disciplinas comportamentais e sociais. Para identificar a sarcopenia é necessário avaliar a quantidade de músculo e suas funções, sendo necessário avaliar a massa, desempenho físico e força, que pode ser feito através de exame de imagem corporal, tomografia computadorizada, ressonância magnética nuclear e densitometria de corpo inteiro.

Conclusão

Indubitavelmente, sabe-se que o envelhecimento é uma fase da vida que, seja fisicamente ou mentalmente, acontecem algumas perdas no corpo e na mente do idoso. São essas perdas que se pretende adiar ao máximo ao tratar idosos acometidos de sarcopenia com atividades corporais preventivas, como também com atividades corporais durante o tratamento médico recomendado.

Referências

NETTO, F. L. M. Aspecto biológicos do envelhecimento humano e suas implicações na saúde do idoso. Revista Pensar a Prática, Goiás, v. 7, n. 1, p. 75-84, mar. 2004.

FARIA, L.; MARINHO, C. Atividade física: saúde e qualidade de vida na terceira idade. Revista Portuguesa de Psicossomática, [S. l.], v. 6, n. 1, p. 93-104, 2004.

SOARES, M. A., SACHELLI, T. Efeitos da cinesioterapia no equilíbrio de idosos. Revista Neurociências, São Paulo, v. 16, n. 2, p. 97-100, 2008.

CORREA, P. S. et al. Efeitos da fisioterapia em idosos sarcopênicos: revisão integrativa. Revista Perspectiva: Ciência e Saúde, Osorio, v. 6, n. 1, p. 50-66, jun./jul. 2021.

CARMO, C. M. Os efeitos do treinamento resistido sobre a capacidade funcional da sarcopenia relacionada com a idade. Revista Brasileira Geriatria Gerontologia Rio de Janeiro, v. 15, n. 3, set. 2012.