



# A Atuação Do Fisioterapeuta Na Prevenção De Quedas Em Idoso: Uma Revisão Bibliográfica

## Autor(es)

Administrador Kroton  
Fábio Pires Lima

## Categoria do Trabalho

TCC

## Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE BRASÍLIA

## Introdução

A população idosa, caracterizada pelo envelhecimento fisiológico, frequentemente enfrenta desafios crescentes relacionados à saúde e à qualidade de vida. Entre as preocupações primordiais, as quedas destacam-se como um evento significativo, frequentemente resultando em consequências graves, tanto físicas quanto psicológicas, para os idosos.

Sendo assim, como a fisioterapia pode melhor prevenir quedas em idosos, incluindo métodos de avaliação de risco, intervenções personalizadas e programas de exercícios específicos? Logo, o objetivo geral deste artigo é investigar o papel da fisioterapia na prevenção de quedas em idosos, com foco em promover a independência funcional e a segurança durante as atividades diárias.

Este estudo é justificado pela necessidade de entender melhor como a fisioterapia pode ajudar a prevenir quedas em idosos, um problema significativo que afeta a qualidade de vida e a saúde desta população.

## Objetivo

Descrever as contribuições do acompanhamento do fisioterapeuta sobre a redução de acidentes relacionados à queda em idosos, além de contextualizar os processos fisiopatológicos do envelhecimento e fatores que ocasionam quedas nesta parte da população, na intenção de identificar os principais exercícios fisioterapêuticos que contribuem para a prevenção de quedas em idosos.

## Material e Métodos

Esse trabalho trata de um estudo de revisão bibliográfica, sobre a atuação da fisioterapia na prevenção de quedas em idosos. Para a construção desse trabalho foram utilizados os bancos de dados dos sites google acadêmico, pubmed, scielo, e medline.

Foram selecionados artigos e revistas referentes ao tema e as seguintes palavras chaves: quedas, idosos, prevenção, acidentes e exercícios. Artigos esses serão selecionados na língua portuguesa, inglesa e espanhola. O período de publicação dos artigos selecionados foi dos últimos 15 anos, com exceção das obras que porventura são relevantes em função do tema, terem mais de 15 anos.

## Resultados e Discussão



Os exercícios podem contribuir para a melhoria da confiança e da qualidade de vida dos idosos, ao mesmo tempo em que reduz os custos associados a quedas e lesões resultantes. Esses resultados reforçam a importância da fisioterapia na prevenção de quedas em idosos e destacam o papel crucial do exercício como uma estratégia preventiva eficaz.

Como relatou Sherrington et al., (2017), "Prevenir as quedas em idosos é uma prioridade crucial para garantir a qualidade de vida e a saúde dessa população vulnerável. Estratégias multifacetadas, incluindo exercícios de equilíbrio, modificações ambientais e revisão da medicação, são fundamentais para reduzir o risco de quedas e suas consequências adversas." Apontando a eficácia e a necessidade de uma estratégia de um atendimento fisioterapêutico visando essa parte da população e suprindo a necessidade de cada indivíduo para que as chances de quedas diminuam junto com o número de internações e atendimentos a acidentes relacionados a quedas.

### Conclusão

A fisioterapia desempenha um papel crucial na prevenção de quedas em idosos, proporcionando intervenções personalizadas que visam melhorar o equilíbrio, a força muscular, a flexibilidade e a mobilidade. Através de exercícios específicos, técnicas de reabilitação e treinamento de equilíbrio, os fisioterapeutas podem ajudar os idosos a desenvolver habilidades motoras e sensoriais essenciais para manter a estabilidade. Ao promover a independência funcional e a qualidade de vida, a fisioterapia emerge como uma poderosa aliada permitindo-lhes envelhecer com segurança, dignidade e autonomia.

### Referências

Sherrington, C., Michaleff, Z. A., Fairhall, N., et al. (2017). Exercise to prevent falls in older adults: an updated systematic review and meta-analysis. *Br J Sports Med*, 51(24), 1750-1758. DOI: 10.1136/bjsports-2016-096547

Acesso em: 07 de Maio de 2024.

Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Número de idosos cresce 18% em 5 anos e ultrapassa 30 milhões em 2017. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/20980-numero-de-idosos-cresce-18-em-5-anos-e-ultrapassa-30-milhoes-em-2017#:~:text=A%20popula%C3%A7%C3%A3o%20brasileira%20manteve%20a,Domic%C3%ADrios%2C%20divulgada%20hoje%20pelo%20IBGE>.

Acesso em: 07 de Maio de 2024.

American Geriatrics Society. American Geriatrics Society 2019 Updated AGS Beers Criteria® for Potentially Inappropriate Medication Use in Older Adults. *Journal of the American Geriatrics Society*, 67(4), 674-694 (2019). DOI: 10.1111/jgs.15767

Acesso em: 07 de Maio de 2024.

# 3ª MOSTRA CIENTÍFICA

