



## A FISIOTERAPIA NA PREVENÇÃO DE QUEDAS DO IDOSO E PROMOÇÃO A SAÚDE

### Autor(res)

Regina Aranda Da Cruz Galo  
Selma Alice Ferreira Elwein

### Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

### Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE BRASÍLIA

### Introdução

O envelhecimento populacional é um acontecimento notório mundialmente. No Brasil, o aumento da população idosa tem decorrido de forma veloz em uma sociedade pouco preparada para tal transição: o número de idosos passou dos dois milhões em 1950 para 15,4 milhões em 2002, um aumento de 700%. Ressalta-se que, em 2025, o Brasil terá a sexta maior população mundial de idosos, equivalente a aproximadamente 15% do povo brasileiro, ou seja, aproximadamente 30 milhões de pessoas (CHAIMOWICZ; FARIA, 2022).

Envelhecer é um processo progressivo de modificações adversas relacionadas às estruturas e funções do corpo, notadamente no decorrer do tempo e no avançar da idade. Essas alterações comprometem a aptidão motora prejudicando a acomodação do indivíduo ao ambiente que está inserido, desencadeando medo, sofrimento e instabilidades (FIGUEIREDO JÚNIOR et al, 2022).

É imprescindível saber diferenciar entre as mudanças correspondentes aos efeitos naturais do conjunto de alterações que ocorrem no org

### Objetivo

#### 3.OBJETIVOS

##### 3.1GERAL

Apresentar as ações da fisioterapia na prevenção de quedas em idosos

##### 3.1ESPECÍFICOS

Identificar os instrumentos para a avaliação do risco de queda;

Verificar as intervenções fisioterapêuticas no idoso com risco de queda;

Apresentar adaptações funcionais nos domicílios dos idosos a fim de prevenir quedas.

### Material e Métodos

#### 5.METODOLOGIA DA PESQUISA

Para viabilizar o desenvolvimento deste estudo, o método escolhido foi revisão da literatura. A pesquisa bibliográfica se dará nas bases de dados da Biblioteca Virtual de Saúde: Lilacs (Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde), SciELO (Scientific Eletronic Library Online), com os descritores: Fisioterapia,



quedas em idosos, qualidade de vida.

Como critérios de inclusão serão selecionados textos em idiomas português, inglês e espanhol. Que estiverem disponíveis nas bases de dados utilizadas, serem artigos científicos, com ou sem estudo de caso. Período da pesquisa: serão utilizados artigos publicados entre 2015 a 2023.

## Resultados e Discussão

### 6.RESULTADOS ESPERADOS

Espera-se encontrar como resultados da pesquisa bibliográfica artigos que apresentem como a fisioterapia pode contribuir para minimizar os riscos de queda da pessoa idosa, como idade avançada, história prévia de quedas, uso de medicamentos que afetam o equilíbrio, problemas de visão e audição, fraqueza muscular, entre outros; métodos de avaliação do risco de quedas em idosos, incluindo escalas de avaliação de equilíbrio, testes de força muscular, avaliação de marcha e equilíbrio postural; intervenções fisioterapêuticas para prevenir quedas em idosos, como exercícios de fortalecimento muscular, treinamento de equilíbrio e marcha, orientação sobre segurança domiciliar, adaptações ambientais, entre outras. Evidências científicas sobre a eficácia das intervenções fisioterapêuticas na prevenção de quedas em idosos, incluindo estudos clínicos randomizados e revisões sistemáticas. A partir dessas informações, é possível entender como a fisioterapia pode ajudar na preven

### Conclusão

Em conclusão, a fisioterapia desempenha um papel fundamental na prevenção de quedas em idosos e na promoção da saúde. através de avaliação detalhada, exercícios terapêuticos, educação em saúde e intervenções multidisciplinares, a fisioterapia pode contribuir significativamente para reduzir o risco de quedas, melhorar a qualidade de vida e promover o envelhecimento saudável. É essencial que o profissional da área de saúde, idosos e seus familiares reconheçam a importância da fisioterapia como parte int

### Referências

#### REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALMEIDA, L. F. F. et al. Promoção da saúde, qualidade de vida e envelhecimento. A experiência do projeto " Em Comum-Idade: uma proposta de ações integradas para a promoção da saúde de idosos das comunidades de Viçosa-MG". Revista ELO—Diálogos em Extensão, v. 3, n. 2, 2015.

AMARAL, T. L. M. et al. Qualidade de vida e morbidades associadas em idosos cadastrados na Estratégia de Saúde da Família do município senador Guimard do Acre. Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia, v. 18, n. 4, p. 797-808, 2015.

AMARO, Lucas Campos; AFONSO, Luís Eduardo. Quais são os efeitos do envelhecimento populacional nos sistemas previdenciários de Brasil, Espanha e França? Revista Brasileira de Estudos de População, v. 35, 2018.

CHAIMOWICZ, Flávio; FARIA, Gabriel Chaimowicz. O envelhecimento populacional brasileiro. PISTA: Periódico Interdisciplinar [Sociedade Tecnologia Ambiente], v. 4, n. 2, p. 6-26, 2022

CHANDLER, J.M. Equilíbrio e quedas no idoso: questões sobre a avali