

FISIOTERAPIA PREVENTIVA NA ACESSIBILIDADE DOMICILIAR PARA O IDOSO

ALVES, H. de A.¹; DEL GROSSI, C.²

RESUMO

O Objetivo é demonstrar o papel do fisioterapeuta na ergonomia e promoção da saúde do idoso. Trata-se de uma revisão bibliográfica aonde os dados foram coletados nas plataformas da Scielo, Pubmed e google acadêmico do ano de 2005 a 2017. Resultados foram utilizados 6 artigos relevantes a revisão. O presente estudo apresentou uma grande importância na atenção domiciliar, em uma longevidade em âmbito doméstico, na busca de um envelhecimento seguro, ativo e com qualidade de vida.

Palavras-chaves: Idoso. Prevenção. Domicílio. Fisioterapia.

ABSTRACT

The objective is to show the role of the physiotherapist in ergonomics and health promotion of the elderly. This is a bibliographic review where data were collected on the platforms of Scielo, Pubmed and google academic snooant from 2005 to 2017. Results 6 relevant articles were used to review. The present study presented a great importance in home care, in a longevity at home, in search of a safe, active and quality of life aging.

Keywords: Elderly. Prevention. Home. Physiotherapy.

INTRODUÇÃO

O envelhecimento é um fenômeno natural em constante passagem ao longo da vida. O termo envelhecimento para muitos é considerado especificamente o indivíduo estar saudável, deixando a considerar que é um processo que não ocorre diretamente a fase adulta e sim ao longo da vida, dia após dia, mas aos 60 anos se torna mais visível (MARI *et al.*, 2016).

A atuação em âmbito domiciliar requer do profissional uma articulação dos conhecimentos obtidos em pratica durante a formação acadêmica e na situação imposta a cada dia, uma vez em que se insere ao um ambiente diferente ao que está acostumado, sendo sujeito a situação diferenciada e específicas,

¹ Hevellen de Almeida Alves. Graduanda do curso bacharelado em fisioterapia da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana - Pr. 2020. Contato: hevellendealmeidaalves123@gmail.com

² Cássio Del Grossi. Docente do curso de Fisioterapia da Faculdade de Apucarana-FAP. Apucarana-Pr. 2020. Contato: cassio.lucio@fap.com.br

ocultas ao paciente e familiares, ao contrário do que se encontra em consultório, hospital, instituição ou clínicas. Trata-se de um ambiente que não está adequado, adaptado para o trabalho da fisioterapia, fazendo com que haja mudanças no espaço e no seu cotidiano (MARCIAL, 2013).

Acidentes domésticos são relativamente comuns de acontecer e a maioria deles acontece devido a fatores extrínsecos e também por alguns *déficits* já instalados no indivíduo, como uma deficiência visual, auditiva, doença de Parkinson, acidente vascular encefálico (ave), entre outras. A maioria dos acidentes são quedas provocadas por má projeção ambiental e organização do ambiente, cujos os acontecimentos afetam a postura, reduzindo assim o limiar da instabilidade do indivíduo, os estudos para adaptação domésticas serão mediante a uma avaliação física e cognitiva do paciente, logo em seguida uma inspeção no ambiente, as alterações que forem realizados seguirão com base as condições físicas e comprometedoras no seu dia-a-dia (LIDA, 2005).

OBJETIVO

O estudo teve como objetivo geral analisar, a prevenção no ambiente domiciliar voltado para o idoso, um ambiente seguro e agradável.

METODOLOGIA

O presente estudo trata-se de uma revisão bibliográfica, sendo realizada uma pesquisa bibliográfica em artigos de revisão e artigos originais, com buscas nas seguintes bases de dados: Biblioteca virtual Scientific Electronic Online (SciELO), Google acadêmico (G.A) e Pubmed. Os critérios de inclusão foram artigos que abordaram a importância da fisioterapia na prevenção da saúde do idoso, a fisioterapia em pacientes que já tenha alguma alteração alojada e seu bem-estar em ambiente domiciliar, voltada para ergonomia encontrada na moradia que está inserido, e importância dos exercícios físicos domésticos, entre o período de 2005 a 2017. Foram encontrados 35 artigos e selecionados 6, as palavras chaves utilizadas para pesquisa são: idoso, prevenção, domicílio, fisioterapia, assim com seus descritores em inglês: *elderly, prevention, home, physiotherapy*.

Resultados

Quadro 1 - Apresentação dos artigos

| Autor/ano | Metodologia | Tipo de intervenção | Resultados | Conclusão |
|---|--|--|--|--|
| MOLINA; BRAIDA; ABDALLA (2011) | Estudo panorâmico, revisão bibliográfica sistematizada, através de pesquisas em artigos entre o ano 2000 a 2015 | Analisar as contribuições da ergonomia para o ambiente construído destinado à população idosa | Teve resultados positivos tanto na revisão bibliográfica quanto na intervenção realizada, observa-se que a necessidade de cuidados maiores ao idoso, para que o ambiente torna-se mais acolhedor e pessoal, impedindo que o insira objetos causadores de obstrução de espaços de circulação, aumentando o risco de queda | Conclui-se que a ergonomia no âmbito domiciliar, instituição é de grande importância, ainda que haja muito o que estudar sobre o presente assunto, ainda que as quedas em idosos são eventos multifatoriais, o conhecimento dos seus fatores de risco é fundamental para tomar medidas preventivas |
| PAIVA (2012) | O artigo trata-se de uma dissertação de mestrado de uma aluna da universidade Federal de Pernambuco, com uma pesquisa extensa do ano de 1973 a 2010. A pesquisa foi voltada para o estudo da ergonomia do ambiente construído pra o idoso | O artigo visa em investigar a adequabilidade dos ambientes construídos para os idosos, tendo um acolhimento no aspecto físico, cognitivo emocional, que há declínio por conta do próprio envelhecimento. | O resultado foi através de aplicação de questionário voltado sobre a satisfação do idoso relativa à qualidade dos ambientes gerais das instituições, foi identificado o conforto da iluminação como sendo o aspecto que mais agrada às pessoas da terceira idade, também citado a acústica | Conclui-se que os indivíduos idosos institucionalizados no local, estão satisfeitos, mesmo se tratando de etnias diferentes. O presente estudo traz exemplos de mudanças e feedback positivo dos indivíduos em questão |
| MENDES (2017) | O artigo levanta uma questão de um ambiente confiável para idosos que residem sozinhos, irá abordar intervenções e trocas inteligentes de alguns objetos encontrados no apartamento, com paginação de pavimento indicativa, trabalho com a | A intervenção será voltada, para um desenvolvimento de uma sala de estar e jantar para uma idosa de 83 ano, levando uma comodidade maior, para que possa manter sua rotina diária e atividade sem perde sua autonomia entro do ambiente, com uma ênfase na ergonomia, para | Durante a pesquisa foi notado a importância de mudanças que para os indivíduos idosos traz conforto, comodidade e facilitação no dia-a-dia | Há facilitação em pequenas mudanças estabelecidas no ambiente, levando segurança e conforto, mantendo a autonomia do indivíduo |

| | | | | |
|----------------------------|---|--|--|---|
| | iluminação, escolha da mobília | que tenha adequação de sua mudanças corpóreas e função | | |
| GONTIJO (2011) | Trabalho de conclusão de curso, da Universidade Federal de Minas Gerais, com artigos 1994 a 2010, estuda uma proposta de intervenção na prevenção das quedas do idoso em um ambiente domiciliar | Trabalho de intervenção, para prevenir quedas em idosos, a Estratégia Saúde da Família Primavera elabora estratégia que previne e otimiza fatores que agregam risco de quedas | Resulta-se que a orientação levada para a família e para o idoso sobre fatores intrínsecos e extrínsecos da queda, é sem dúvida em uma forma de prevenção a exposição do risco | Favorece autonomia em ir e vir, em suas atividades, proporciona um conforto e perda do medo de cair, torna-se o idosos mais independente |
| COELHO; LIMA; SILVA (2016) | O artigo trata-se de um estudo observacional sobre a acessibilidade domiciliar ao idoso e fisioterapia preventiva, o levantamento de dados foi, entre o final do mês de julho/2015 e início do mês de agosto/2015 | Pesquisa de 15 idosos entre 60 e 69 anos, com suas vidas ativas e independente, foi realizada no ambiente onde reside, questionário sobre a casa e após uma inspeção no local. A intervenção levou informação e orientação para os idosos entrevistado | Foram encontradas algumas dificuldades com passagens, tapetes em lugares inapropriado, sendo um dos maiores obstáculos | Os indivíduos abordados mostraram ter conhecimento e consciência, em fatores que oferecem risco em seus domicílios, e não só a queda tiveram conhecimento da percepção do envelhecimento, e o que fazer para proporcionar mais conforto segurança |
| RIBEIRO (2014) | Dissertação de pós graduação em educação física da universidade federal do triangulo mineiro aprovado em 16 de dezembro de 2014, usando uma guia de intervenção para um protocolo de exercício físico doméstico | Foi utilizado um guia domiciliar de exercício físicos, participaram 104 mulheres, com idade entre 60 e 80 anos, as idosas responderam a um questionário, foi dividido em 2 grupos Um de intervenção e outro de controle | Ao final da pesquisa realizada em 12 semanas foi observado melhora nas idosas do grupo de intervenção, melhorias na resistência aeróbica, melhora na glicemia, colesterol e ganho de forças muscular membros superior e inferior | Pode se observa a importâncias da atividades físicas na vida do idoso , não apenas para melhora física como também o seu bem estar e em suas variáveis bioquímicas (glicemia, colesterol) |

Fonte: Autora da pesquisa (2020).

CONCLUSÃO

Pode se concluir, que a fisioterapia preventiva domiciliar tem grande impacto na vida do indivíduo idoso, o estudo sobre possíveis melhorias na ergonomia faz com que este processo de envelhecimento seja mais agradável

e que o indivíduo tenha uma longevidade tranquila na medida do possível. A fisioterapia preventiva não só voltada a estas medidas protetivas, mas que também engloba a elaboração de exercício, alongamentos e fortalecimento para a promoção de uma saúde mental e física, fazendo com que os idosos se sintam inseridos socialmente.

REFERÊNCIAS

COELHO, C. K. da S.; LIMA, L. D.; SILVA, J. de M. **Acessibilidade domiciliar de idosos e a fisioterapia preventiva**. [S.l.]: Universidade do Vale do Paraíba, 2016.

CONTIJO, K. C. P. **Proposta de intervenção na prevenção de quedas dos idosos no ambiente domiciliar**. Formiga (MG): [s.n.], 2011.

MENDES, C. S. **Ambiente domiciliar ideal para idosos que moram sozinhos**. Florianópolis: [s.n.], 2017.

MARCIAL, Amanda Guiduci. Fisioterapia geriátrica domiciliar e as interações com o lazer. **Fisioterapia e Terapia Ocupacional**, Escola de Educação Física – UFMG, Belo Horizonte, 2013.

LIDA, ITIRO. **Ergonomia**; projeto e produção. 2. ed. rev. e ampl. São Paulo: Edgard Blucher, 2005.

MARI, Fernanda Rigoto; ALVES, Gehysa Guimarães; AERTS, Denise Rangel Ganso de Castro; CAMARA, Sheila. O processo de envelhecimento e a saúde: o que pensam as pessoas de meia-idade sobre o tema. **Revista Brasileira Geriatria Gerontologia**, Rio de Janeiro, 2016.

MOLINA, F.; BRAIDA, F.; ABDALLA, J. G. **A contribuição da ergonomia no estudo da prevenção de risco de queda de idosos em ambientes domiciliares**. Juiz de Fora (MG): Universidade Federal de Juiz de Fora, 2014.

PAIVA, M. M. B. **Ergonomia no ambiente construído de instituições para idosos**: Estudo de caso em instituição brasileira e portuguesa. Recife: [s.n.], 2012.

RIBEIRO, M. da C. L. **Efetividade do guia domiciliar de exercícios físicos nas limitações funcionais em idosos**. Uberaba (MG): [s.n.], 2014.