



**IMPACTO DA FISIOTERAPIA NA FUNCIONALIDADE DE IDOSOS ATENDIDOS
NA ATENÇÃO PRIMÁRIA DO SUS**

**IMPACT OF PHYSIOTHERAPY ON THE FUNCTIONALITY OF ELDERLY
PATIENTS TREATED IN PRIMARY CARE WITHIN THE BRAZILIAN UNIFIED
HEALTH SYSTEM (SUS)**

**IMPACTO DE LA FISIOTERAPIA EN LA FUNCIONALIDAD DE PACIENTES
ANCIANOS ATENDIDOS EN ATENCIÓN PRIMARIA DENTRO DEL SISTEMA
ÚNICO DE SALUD (SUS) DE BRASIL**



10.56238/bocav25n79-004

Ágatha Elisa dos Santos Feitosa Assunção

E-mail: agathaelisa193@gmail.com

Ana Paula Claro Franco

E-mail: anapcfranco@yahoo.com.br

Heloisa Magueta dos Santos

E-mail: helo24047@gmail.com

Jaine Botelho da Silva

E-mail: Jainebotelho45@gmail.com

Joseval dos Reis Pereira

E-mail: josevaldosreis@hotmail.com

Leandro Henrique Caetano Moreira

E-mail: henrique.caetano11@gmail.com

Luis Felipe dos Santos Feitosa

E-mail: lui.felipe510@gmail.com

Maria Aparecida da Silva Cruz

E-mail: ccidacruz@yahoo.com.br

Tayna da Silva Oliveira

Rúbia Hiromi Guibo Guarizi

Instituição: Centro Universitário Módulo

E-mail: rubia.guarizi@modulo.edu.br

Orcid: <https://orcid.org/0009-0009-7740-6563>

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/1985146931483044>

Laura de Moura Rodrigues

Instituição: FSG Centro Universitário

E-mail: laura.rodrigues@fsg.edu.brOrcid: <https://orcid.org/0000-0002-0985-9685>Lattes: <http://lattes.cnpq.br/1730352819303133>**Fabício Vieira Cavalcante**

Instituição: Universidade de Brasília

E-mail: fabicioocavalcante@gmail.comOrcid: <https://orcid.org/0000-0002-8706-0457>Lattes: <http://lattes.cnpq.br/5076386341043134>**RESUMO**

(1) Introdução: O envelhecimento populacional tem gerado mudanças no perfil de saúde, aumentando a necessidade de estratégias voltadas à manutenção da funcionalidade dos idosos. Alterações como redução da força muscular, do equilíbrio e da mobilidade podem comprometer a autonomia e a qualidade de vida. (2) Objetivos: Analisar a contribuição da fisioterapia na funcionalidade de idosos atendidos na Atenção Primária à Saúde. (3) Metodologia: Trata-se de uma revisão de literatura, realizada nas bases Sci-ELO, PubMed, BVS e Google Acadêmico, utilizando descritores relacionados à fisioterapia, envelhecimento e funcionalidade. Foram incluídos estudos publicados nos últimos anos, selecionados a partir da leitura de títulos, resumos e textos completos. (4) Resultados: Os estudos analisados evidenciam que as intervenções fisioterapêuticas contribuem para a melhora da mobilidade, equilíbrio e força muscular, além da redução do risco de quedas e da manutenção da independência funcional. (5) Considerações finais: Conclui-se que a fisioterapia desempenha papel essencial na promoção da saúde e na manutenção da funcionalidade dos idosos, contribuindo para um envelhecimento mais ativo, com maior autonomia e qualidade de vida.

Palavras-chave: Fisioterapia. Idosos. Funcionalidade. Atenção Primária à Saúde. Qualidade de Vida.

ABSTRACT

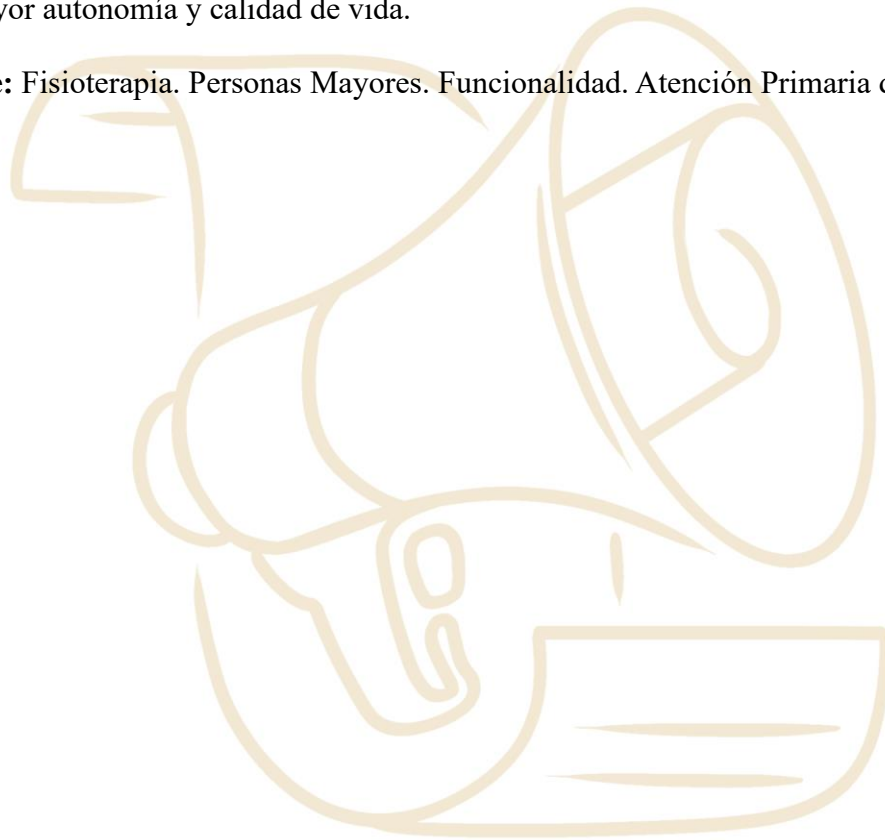
(1) Introduction: Population aging has led to changes in the health profile, increasing the need for strategies aimed at maintaining the functionality of the elderly. Changes such as reduced muscle strength, balance, and mobility may compromise autonomy and quality of life. (2) Objective: To analyze the contribution of physiotherapy to the functionality of elderly individuals assisted in Primary Health Care. (3) Methodology: This is a literature carried out in the databases SciELO, PubMed, BVS, and Google Scholar, using descriptors related to physiotherapy, aging, and functionality. (4) Results: The analyzed studies show that physiotherapeutic interventions contribute to improvements in mobility, balance, and muscle strength, in addition to reducing the risk of falls and maintaining functional independence. (5) Final considerations: It is concluded that physiotherapy plays an essential role in health promotion and in maintaining the functionality of the elderly, contributing to more active aging, with greater autonomy and quality of life.

Keywords: Physiotherapy. Elderly. Functionality. Primary Health Care. Quality of Life.

RESUMEN

(1) Introducción: El envejecimiento de la población ha generado cambios en el perfil de salud, incrementando la necesidad de estrategias dirigidas a mantener la funcionalidad de las personas mayores. Cambios como la disminución de la fuerza muscular, el equilibrio y la movilidad pueden comprometer la autonomía y la calidad de vida. (2) Objetivos: Analizar la contribución de la fisioterapia a la funcionalidad de las personas mayores atendidas en Atención Primaria. (3) Metodología: Se realizó una revisión bibliográfica en las bases de datos Sci-ELO, PubMed, BVS y Google Scholar, utilizando descriptores relacionados con la fisioterapia, el envejecimiento y la funcionalidad. Se incluyeron estudios publicados en los últimos años, seleccionados a partir de la lectura de títulos, resúmenes y textos completos. (4) Resultados: Los estudios analizados muestran que las intervenciones de fisioterapia contribuyen a mejorar la movilidad, el equilibrio y la fuerza muscular, así como a reducir el riesgo de caídas y a mantener la independencia funcional. (5) Consideraciones finales: Se concluye que la fisioterapia desempeña un papel esencial en la promoción de la salud y el mantenimiento de la funcionalidad de las personas mayores, contribuyendo a un envejecimiento más activo, con mayor autonomía y calidad de vida.

Palabras clave: Fisioterapia. Personas Mayores. Funcionalidad. Atención Primaria de Salud. Calidad de Vida.



1 INTRODUÇÃO

1.1 APRESENTAÇÃO DO TEMA

O envelhecimento populacional tem se intensificado nas últimas décadas, tornando-se um importante fenômeno demográfico em diversos países, incluindo o Brasil. O aumento da expectativa de vida, associado à redução das taxas de natalidade, contribui para o crescimento expressivo da população idosa, gerando novos desafios para os sistemas de saúde e para as políticas voltadas ao cuidado dessa população (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, 2022). No Brasil, esse processo ocorre de forma acelerada, trazendo novos desafios para os sistemas de saúde e para as políticas públicas voltadas aos idosos (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, 2022).

Com o avanço da idade, diversas alterações fisiológicas podem ocorrer no organismo, como a diminuição de força muscular, alterações no equilíbrio, redução da mobilidade e maior vulnerabilidade a doenças crônicas. Essas mudanças podem impactar diretamente a capacidade funcional do indivíduo, dificultando a realização de atividade de vida diária e comprometendo sua independência (Organização Mundial de Saúde, 2021).

A funcionalidade é considerada um importante indicador da condição de saúde da pessoa idosa, pois está relacionada à capacidade de manter a independência e participar ativamente das atividades cotidianas. Nesse contexto, a promoção da saúde e a prevenção de incapacidade tornam-se estratégias para garantir um envelhecimento saudável e qualidade de vida (Organização Mundial da Saúde, 2021).

No Brasil, a assistência à saúde é organizada por meio do Sistema Único de Saúde, que tem como uma de suas principais portas de entrada a Atenção Primária à Saúde. Nesse nível de atenção, são desenvolvidas ações voltadas para promoção da saúde, prevenção de doenças, tratamento e reabilitação. A inserção da fisioterapia nesse contexto possibilita o acompanhamento mais próximo da população idosa, contribuindo para a identificação precoce de limitações funcionais e para a implementação de intervenções que favorecem um envelhecimento mais saudável e ativo (Brasil, 2022).

Diante do crescimento da população idosa e das mudanças funcionais que acompanham o processo de envelhecimento, torna-se cada vez mais necessário desenvolver estratégias que contribuam para a manutenção de autonomia e da qualidade de vida dessa população. Nesse contexto, a atuação da Fisioterapia ganha destaque, especialmente no âmbito da Atenção Primária à Saúde do Sistema Único de Saúde, onde são desenvolvidas ações voltadas à promoção da saúde, prevenção de agravos e reabilitação funcional (Brasil, 2022). Assim, compreender o impacto das intervenções fisioterapêuticas na funcionalidade de idosos atendidos nesse nível de atenção torna-se relevante para fortalecer as práticas de cuidado e contribuir para a melhoria da assistência prestada a essa população. Dessa forma, evidencia-se importância de discutir essa temática, justificando a realização do presente

estudo.

1.2 JUSTIFICATIVA

O processo de envelhecimento da população tem gerado mudanças importantes no perfil de saúde da sociedade, aumentando a necessidade de serviços voltados ao cuidado da pessoa idosa. Com o passar dos anos, é comum que ocorram alterações físicas e funcionais que podem interferir na capacidade do indivíduo de realizar suas atividades diárias, o que pode comprometer sua autonomia e qualidade de vida. Nesse contexto, torna-se fundamental a adoção de estratégias que contribuem para a manutenção da funcionalidade da população idosa (Organização Mundial da Saúde, 2021).

No Brasil, dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística apontam um crescimento significativo da população idosa nas últimas décadas, resultado principalmente do aumento da expectativa de vida e das transformações no perfil demográfico do país. Esse cenário reforça a necessidade de ampliar ações de saúde voltadas ao envelhecimento saudável. E a prevenção de limitações funcionais que possam comprometer a autonomia dessa população idosa (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, 2022). Além disso, alterações como diminuição da força muscular, redução do equilíbrio e da mobilidade podem aumentar o risco de quedas entre os idosos, sendo esse um dos principais fatores associados à perda de independência funcional e ao aumento da demanda por serviços de saúde.

Nesse sentido, a fisioterapia apresenta um papel importante na promoção da saúde e na prevenção de incapacidade funcionais. Por meio de diferentes intervenções terapêuticas, como exercícios físicos orientados, fortalecimento muscular e treinamento de equilíbrio, o fisioterapeuta pode construir para a melhora da mobilidade e para redução do risco de quedas, fatores que influenciam diretamente a funcionalidade e a qualidade de vida dos idosos. Dessa forma, a atuação preventiva da fisioterapia torna-se essencial, auxiliando na identificação precoce de alterações funcionais e na implementação de estratégias que favoreçam a manutenção da autonomia e independência dessa população.

Nesse nível de atenção são desenvolvidas ações voltadas à promoção, prevenção e reabilitação, possibilitando um acompanhamento mais próximo da população. A presença do fisioterapeuta nesse contexto amplia as possibilidades de cuidado integral, favorecendo intervenções que contribuem para a manutenção da funcionalidade da população idosa. Diante desse contexto, torna-se relevante compreender o impacto da fisioterapia na funcionalidade de idosos atendidos na atenção primária, contribuindo para ampliação do conhecimento sobre o tema e para o fortalecimento das práticas de cuidados voltadas ao envelhecimento saudável (Organização Mundial de Saúde, 2021).

1.3 OBJETIVOS GERAL

Analisar a contribuição da fisioterapia para a manutenção da funcionalidade de idosos atendidos na Atenção Primária à Saúde.

1.3.1 Objetivos específicos

- Avaliar a funcionalidade de idosos atendidos na Atenção Primária à Saúde.
- Identificar fatores que podem influenciar na capacidade funcional da população idosa.
- Verificar a contribuição das intervenções fisioterapêuticas para a melhora da mobilidade, do equilíbrio e da força muscular.
- Analisar a importância da atuação do fisioterapeuta na promoção da saúde e na prevenção de limitações funcionais em idosos.
- Descrever as estratégias aplicadas na promoção da autonomia, prevenção de agravos e reabilitação dos idosos.
- Verificar os impactos das intervenções fisioterapêuticas na funcionalidade e nas atividades de vida diária dos idosos no contexto domiciliar e social.

2 METODOLOGIA

2.1 CARACTERÍSTICAS DO ESTUDO

Este estudo caracteriza-se como uma revisão de literatura, tendo como objetivo analisar a contribuição da fisioterapia na funcionalidade de idosos atendidos na Atenção Primária à Saúde. Esse tipo de pesquisa permite reunir e analisar estudos já publicados, possibilitando uma compreensão mais ampla sobre o tema e contribuindo para a construção do conhecimento científico.

A escolha do tema se deve ao aumento da população idosa e às mudanças que ocorrem no organismo com o envelhecimento, que podem afetar diretamente a funcionalidade e a independência dos indivíduos. Com o passar dos anos, é comum a redução da força muscular, do equilíbrio e da mobilidade, o que pode dificultar a realização das atividades de vida diária. Nesse sentido, a fisioterapia contribui para a manutenção da capacidade funcional, prevenção de quedas e melhora da qualidade de vida dos idosos (Brasil, 2022).

Além disso, a funcionalidade da pessoa idosa está diretamente relacionada à sua capacidade de realizar atividades de vida diária de forma independente, sendo considerada um importante indicador de saúde. A fisioterapia contribui para a autonomia e prevenção de incapacidades, especialmente na Atenção Primária à Saúde (Organização Mundial da Saúde, 2021). Por se tratar de uma revisão de literatura, este estudo não envolveu a participação direta de seres humanos, sendo, portanto, dispensada a submissão ao Comitê de Ética em Pesquisa, respeitando os princípios éticos na utilização das informações.

Além disso, a revisão de literatura possibilita a identificação de diferentes abordagens e evidências científicas relacionadas à atuação da fisioterapia na funcionalidade dos idosos, permitindo uma análise comparativa entre os estudos. Esse tipo de método contribui para a organização do conhecimento já existente, auxiliando na compreensão das principais estratégias utilizadas na prática fisioterapêutica e seus impactos na saúde da população idosa, especialmente no contexto da Atenção Primária à Saúde.

2.2 CRITÉRIOS E CARACTERIZAÇÃO DA BUSCA

A coleta de dados foi realizada por meio de busca em bases de dados eletrônicas amplamente utilizadas na área da saúde, sendo elas: SciELO, PubMed, BVS e Google Acadêmico. A escolha dessas bases se deu pela relevância científica e pela disponibilidade de artigos relacionados à fisioterapia, envelhecimento e funcionalidade.

A busca dos estudos foi realizada no período de fevereiro a junho de 2026. Para a realização das buscas, foram utilizadas palavras-chave em português e inglês, combinadas por meio dos operadores booleanos AND e OR. Os principais descritores utilizados foram: “fisioterapia”, “idosos”, “funcionalidade”, “Atenção Primária à Saúde”, “qualidade de vida”, “physiotherapy”, “elderly”, “functionality” e “primary health care”.

Como critérios de exclusão, foram desconsiderados artigos duplicados, estudos que não apresentavam relação direta com o tema, publicações incompletas, além de teses, dissertações e resumos de eventos científicos. Após a etapa de busca, foi realizada a leitura dos títulos e resumos dos artigos encontrados, com o objetivo de selecionar aqueles mais relevantes. Em seguida, os artigos selecionados foram lidos na íntegra, possibilitando uma análise mais detalhada das informações.

Cabe destacar que a seleção dos estudos buscou priorizar pesquisas com maior relevância científica e alinhadas ao objetivo do trabalho, garantindo maior qualidade na análise dos dados. A utilização de diferentes bases de dados e descritores contribuiu para ampliar o alcance das buscas, permitindo a inclusão de estudos variados sobre o tema. Dessa forma, foi possível reunir informações consistentes para fundamentar a discussão e compreender de forma mais ampla a atuação da fisioterapia na funcionalidade da população idosa.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

3.1 APRESENTAÇÃO DOS RESULTADOS DA REVISÃO DE LITERATURA

Durante o processo de busca nas bases de dados SciELO, PubMed, BVS e Google Acadêmico, foram encontrados 28 artigos relacionados ao tema. Após a leitura dos títulos e resumos, 18 estudos foram excluídos por não apresentarem relação direta com o objetivo da pesquisa, estarem duplicados ou incompletos. Em seguida, os artigos restantes foram analisados na íntegra, sendo selecionados 10

estudos para compor esta revisão de literatura, dos quais 5 foram utilizados na síntese principal dos resultados.

Os estudos selecionados para esta revisão de literatura abordam a atuação da fisioterapia na funcionalidade de idosos, especialmente no contexto da Atenção Primária à Saúde. De modo geral, os artigos analisados apresentam resultados semelhantes, evidenciando a importância das intervenções fisioterapêuticas na manutenção da capacidade funcional, na prevenção de limitações e na promoção da qualidade de vida da população idosa.

Os principais estudos incluídos nesta revisão estão apresentados na Tabela 1, onde são descritos seus objetivos, metodologias e principais resultados.

Tabela 1 – Caracterização dos estudos incluídos na revisão de literatura.

| Autor/Ano | Objetivo do estudo | Metodologia | Principais resultados |
|---------------------------------|---|-----------------------|---|
| Santos et al. (2021) | Avaliar a atuação da fisioterapia na APS | Revisão de literatura | Melhora da mobilidade, equilíbrio e redução de quedas. |
| Veras et al. (2020) | Analisar o envelhecimento e saúde do idoso | Estudo de revisão | O envelhecimento impacta diretamente a funcionalidade e autonomia. |
| Nascimento et al. (2019) | Avaliar capacidade funcional em idosos | Estudo transversal | Identificou redução funcional associada à idade e doenças crônicas. |
| Nahas et al., 2010. | Analisar a relação entre atividade física e funcionalidade. | Estudo de revisão | Melhora da funcionalidade com prática de atividade física. |
| Giatti et al., 2019. | Investigar incapacidade funcional em idosos. | Estudo epidemiológico | Associação entre idade e perda funcional. |

Fonte: Autores.

A partir dos estudos analisados, observa-se que a fisioterapia exerce papel fundamental na manutenção da funcionalidade dos idosos, contribuindo para a melhora da mobilidade, do equilíbrio e da força muscular. Além disso, os estudos destacam a importância das intervenções fisioterapêuticas na prevenção de quedas, fator diretamente relacionado à perda de independência funcional.

3.2 FUNCIONALIDADE DOS IDOSOS

A funcionalidade da pessoa idosa é um dos principais indicadores de saúde, estando diretamente relacionada à capacidade de realizar atividades de vida diária de forma independente. Os estudos analisados demonstram que o envelhecimento está associado à redução progressiva da força muscular, do equilíbrio e da mobilidade, fatores que contribuem para a diminuição da capacidade funcional (Veras, 2020; Organização Mundial da Saúde, 2021).

3.3 INTERVENÇÕES FISIOTERAPÊUTICAS NA FUNCIONALIDADE DOS IDOSOS

As intervenções fisioterapêuticas descritas nos estudos analisados demonstram resultados positivos na funcionalidade da população idosa. Entre as principais estratégias utilizadas, destacam-se os exercícios de fortalecimento muscular, treinamento de equilíbrio e atividades voltadas à melhora da mobilidade. Essas intervenções contribuem diretamente para a manutenção da independência

funcional e para a prevenção de quedas, sendo fundamentais no cuidado ao idoso, especialmente na Atenção Primária à Saúde (Santos et al., 2021).

Entre as principais intervenções fisioterapêuticas, destaca-se o exercício terapêutico, considerado uma das estratégias mais eficazes para a melhora da funcionalidade. Programas que incluem treinamento de força muscular contribuem para a prevenção da sarcopenia, condição caracterizada pela perda progressiva de massa e força muscular. O fortalecimento muscular, principalmente de membros inferiores, está diretamente relacionado à melhora da mobilidade e à redução do risco de quedas em idosos (Nahas et al., 2010).

Além disso, o treinamento de equilíbrio e propriocepção desempenha um papel fundamental na reabilitação funcional do idoso. Intervenções que envolvem exercícios em bases instáveis, mudanças de direção e transferência de peso auxiliam na melhora do controle postural e aumentam a segurança durante a marcha (Kisner; Colby; Borstad, 2016). Outra abordagem importante é o treinamento de marcha e mobilidade funcional, que tem como objetivo melhorar a capacidade de locomoção e a independência nas atividades de vida diária. Técnicas como prática de marcha, uso de obstáculos e treino de transferências, como se sentar e se levantar, são frequentemente utilizadas para restaurar a funcionalidade.

A cinesioterapia também é amplamente utilizada na fisioterapia voltada à saúde do idoso, envolvendo exercícios ativos, passivos e resistidos. Essa abordagem contribui para ganhos em amplitude de movimento, flexibilidade e resistência muscular, favorecendo a manutenção da capacidade funcional. Além disso, a terapia manual pode ser utilizada como complemento, auxiliando na redução da dor e na melhora da mobilidade articular.

3.4 PREVENÇÃO DE QUEDAS EM IDOSOS

Outro ponto importante identificado nos estudos refere-se à prevenção de quedas, considerada um dos principais desafios relacionados ao envelhecimento. A redução do equilíbrio e da força muscular aumenta o risco de quedas, podendo gerar consequências como fraturas, hospitalizações e perda da independência. Nesse sentido, a fisioterapia atua de forma preventiva, por meio de exercícios específicos, contribuindo para a redução desses riscos (Nascimento et al., 2019).

3.5 QUALIDADE DE VIDA E AUTONOMIA

A qualidade de vida dos idosos está diretamente relacionada à sua capacidade funcional e nível de independência. Os estudos apontam que a prática de atividades físicas e intervenções fisioterapêuticas contribuem para a melhora da autonomia e do bem-estar, permitindo maior participação nas atividades diárias (Nahas et al., 2010).

3.6 SÍNTESE DOS RESULTADOS

De forma geral, os estudos analisados apresentam resultados convergentes quanto à importância da fisioterapia na funcionalidade da população idosa, evidenciando sua contribuição para a prevenção de limitações, redução do risco de quedas e melhora da qualidade de vida. O envelhecimento está diretamente relacionado à diminuição da capacidade funcional, especialmente devido à redução da força muscular, alterações no equilíbrio e comprometimento da mobilidade, fatores que impactam diretamente a independência dos indivíduos.

Nesse contexto, as intervenções fisioterapêuticas demonstram resultados positivos, principalmente no que se refere ao treinamento de equilíbrio, fortalecimento muscular e melhora da mobilidade. Exercícios que envolvem controle postural, variações na base de suporte e atividades em superfícies instáveis contribuem para a melhora da estabilidade e da coordenação motora, reduzindo o risco de quedas, um dos principais problemas enfrentados pela população idosa (American College of Sports Medicine, 2018). Além disso, o fortalecimento muscular, especialmente de membros inferiores, está associado à melhora da capacidade funcional, proporcionando maior segurança durante a marcha e menor incidência de instabilidade.

O treinamento funcional também se destaca como estratégia importante, uma vez que a simulação de atividades do cotidiano favorece a autonomia e a independência nas atividades de vida diária. Da mesma forma, o treino de marcha, com variações de velocidade, direção e obstáculos, contribui para a adaptação a diferentes contextos ambientais. Esses achados reforçam a importância da especificidade do treinamento, ou seja, quanto mais próxima a intervenção estiver das demandas reais do indivíduo, maiores serão os ganhos funcionais (Kisner; Colby; Borstad, 2016).

Além das intervenções físicas, destaca-se a importância das ações voltadas à modificação de fatores ambientais e à educação em saúde. A adequação do domicílio e a orientação aos idosos mostram-se eficazes na redução de riscos extrínsecos para quedas, evidenciando a necessidade de uma abordagem mais ampla no cuidado à saúde dessa população. Nesse sentido, a fisioterapia não se limita à reabilitação, mas também atua de forma preventiva, contribuindo para a manutenção da saúde e da funcionalidade.

Outro aspecto relevante refere-se à atuação da fisioterapia no contexto da Atenção Primária à Saúde, onde o profissional possui maior proximidade com a comunidade, favorecendo a identificação precoce de alterações funcionais e a implementação de estratégias preventivas. A atuação nesse nível de atenção também possibilita o desenvolvimento de ações coletivas, como grupos de exercícios e atividades educativas, que contribuem não apenas para a saúde física, mas também para o convívio social dos idosos, fator importante para a qualidade de vida.

De modo geral, observa-se que abordagens fisioterapêuticas multidimensionais, que integram exercícios físicos, treinamento funcional e ações educativas, apresentam maior efetividade quando

comparadas a estratégias isoladas. No entanto, destaca-se a necessidade de individualização das intervenções, considerando as condições clínicas, limitações funcionais e o contexto social de cada idoso. Além disso, a atuação integrada com equipes multiprofissionais potencializa os resultados e favorece um cuidado mais completo. Apesar dos benefícios observados, alguns estudos apresentam limitações, como diferenças metodológicas, tamanho reduzido das amostras e diversidade dos contextos analisados, o que pode dificultar comparações mais precisas entre os achados. Dessa forma, ressalta-se a importância do desenvolvimento de novas pesquisas que aprofundem essa temática.

Dessa forma, a análise dos estudos evidencia que a fisioterapia desempenha papel essencial no cuidado à população idosa, atuando tanto na prevenção quanto na reabilitação. Sua inserção na Atenção Primária à Saúde fortalece as ações de promoção da saúde e contribui para um envelhecimento mais ativo, saudável e com melhor qualidade de vida (Giatti et al., 2019).

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

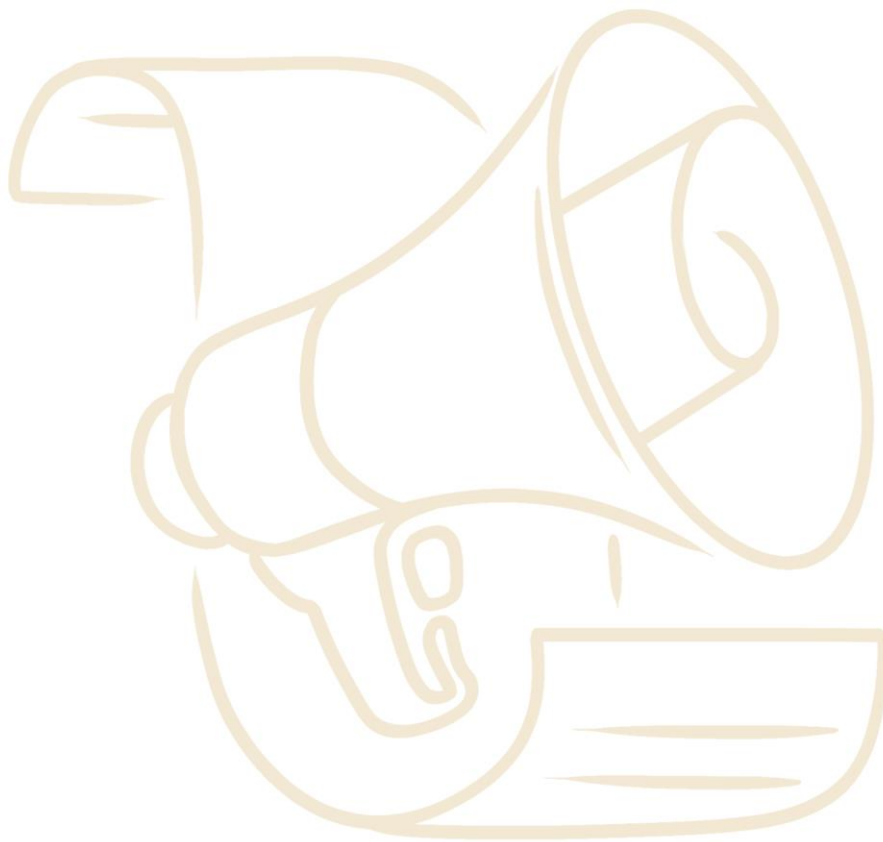
O presente estudo teve como objetivo analisar a importância da fisioterapia na manutenção da funcionalidade da população idosa, com foco na atuação na Atenção Primária à Saúde. A partir dos estudos analisados, foi possível observar que o envelhecimento está diretamente relacionado à redução da capacidade funcional, principalmente devido à diminuição da força muscular, alterações no equilíbrio e redução da mobilidade.

Os resultados demonstraram que a fisioterapia exerce um papel fundamental tanto na prevenção quanto na reabilitação das limitações funcionais em idosos. Intervenções como fortalecimento muscular, treinamento de equilíbrio e exercícios voltados à mobilidade contribuem diretamente para a manutenção da independência, redução do risco de quedas e melhora da qualidade de vida.

Além disso, destaca-se a importância da atuação do fisioterapeuta na Atenção Primária à Saúde, permitindo um acompanhamento mais próximo dos idosos e a identificação precoce de possíveis alterações funcionais. Nesse contexto, ações preventivas e educativas tornam-se essenciais para promover um envelhecimento mais ativo e saudável.

Outro ponto importante refere-se à necessidade de uma abordagem mais completa, que envolva não apenas exercícios físicos, mas também orientações em saúde e adaptações no ambiente. A individualização do tratamento e o trabalho em equipe multiprofissional também são fatores que contribuem para melhores resultados. Apesar dos benefícios observados, ainda existem desafios, como a adesão dos idosos às intervenções e a continuidade do tratamento. Além disso, é importante ampliar as ações fisioterapêuticas na Atenção Primária, fortalecendo as estratégias de promoção da saúde.

Dessa forma, conclui-se que a fisioterapia possui papel essencial na manutenção da funcionalidade dos idosos, contribuindo para um envelhecimento com mais autonomia, independência e qualidade de vida.



REFERÊNCIAS

- AMERICAN COLLEGE OF SPORTS MEDICINE (ACSM). ACSM's guidelines for exercise testing and prescription. 10. ed. Philadelphia: Wolters Kluwer, 2018. Disponível em: <https://acsm.org/education-resources/books/guidelines-exercise-testing-prescription/>. Acesso em: 26 abr. 2026.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Política Nacional de Atenção Básica. Brasília: Ministério da Saúde, 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/saude>. Acesso em: 06 abr. 2026.
- GIATTI, L. et al. Efeito da idade, período e coorte na incapacidade funcional de idosos. Cadernos de Saúde Pública, Rio de Janeiro, v. 35, n. 9, 2019. Disponível em: <https://www.scielosp.org/article/csp/2019.v35n9/e00156018/>. Acesso em: 23 abr. 2026.
- INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). Projeções da população do Brasil e das Unidades da Federação. Rio de Janeiro: IBGE, 2022. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br/estatisticas/sociais/populacao/9109-projecao-da-populacao.html>. Acesso em: 07 mar. 2026.
- KISNER, C.; COLBY, L. A.; BORSTAD, J. Exercícios terapêuticos: fundamentos e técnicas. 6. ed. Barueri: Manole, 2016.
- NAHAS, M. V. et al. Atividade física e funcionalidade do idoso. Motriz: Revista de Educação Física, Rio Claro, v. 16, n. 4, 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/motriz/a/fFxf4W5HZ6bWvxpsHvj/>. Acesso em: 23 abr. 2026.
- NASCIMENTO, C. M. C. et al. Avaliação da funcionalidade e mobilidade de idosos comunitários na atenção primária à saúde. Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia, Rio de Janeiro, v. 22, n. 5, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbagg/a/zvXysDWVdDzN3v6ynMwbDN/> Acesso em: 23 abr. 2026.
- ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). Decade of Healthy Ageing 2021–2030. Genebra: OMS, 2021. Disponível em: <https://www.who.int/initiatives/decade-of-healthy-ageing>. Acesso em: 05 mar. 2026.
- SANTOS, F. S. et al. Atuação da fisioterapia na funcionalidade de idosos na Atenção Primária à Saúde. Ciência & Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 26, n. 9, p. 3605-3614, 2021. Disponível em: <https://www.scielosp.org/article/csc/2021.v26n9/3605-3614/> . Acesso em: 10 abr. 2026.
- VERAS, R. Envelhecimento populacional contemporâneo: demandas, desafios e inovações. Ciência & Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 25, n. 1, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/6Hf6bKk6Vqz7kGgYQJk3xQy/>. Acesso em: 10 abr. 2026.