



CARONIELE DE OLIVEIRA CARNEIRO

**A IMPORTÂNCIA DA PREVENÇÃO E REABILITAÇÃO FISIOTERAPÊUTICA
NA CAPACIDADE FUNCIONAL DE IDOSOS**

**Conceição do Coité-BA
2024**

CARONIELE DE OLIVEIRA CARNEIRO

**A IMPORTÂNCIA DA PREVENÇÃO E REABILITAÇÃO FISIOTERAPÊUTICA
NA CAPACIDADE FUNCIONAL DE IDOSOS**

Artigo científico apresentado à Faculdade
da Região Sisaleira como Trabalho de
Conclusão de Curso para obtenção do
título de Bacharel em Fisioterapia

Orientadora: Fernanda Almeida Rodrigues

**Conceição do Coité-BA
2024**

Ficha Catalográfica elaborada por:
Keite Birne de Lira – Bibliotecária
CRB-5/1953

C289 Carneiro, Caroniele de Oliveira
A importância da prevenção e reabilitação fisioterapêutica na
capacidade funcional de idosos./ Caroniele de Oliveira Carneiro.–
Conceição do Coité: FARESI, 2024.
16f.;

Orientadora: Profa. Fernanda Almeida Rodrigues.
Artigo científico (bacharel) em Fisioterapia. – Faculdade
da Região Sisaleira (FARESI). Conceição do Coité, 2024.

1 Saúde do idoso. 2 Fisioterapia. 3 Qualidade de vida.
I Faculdade da Região Sisaleira – FARESI. II Rodrigues,
Fernanda Almeida. III Título.

CDD: 615.820846

CARONIELE DE OLIVEIRA CARNEIRO

**A IMPORTÂNCIA DA PREVENÇÃO E REABILITAÇÃO FISIOTERAPÊUTICA
NA CAPACIDADE FUNCIONAL DE IDOSOS**

Artigo científico apresentado como requisito parcial para obtenção do
título de Bacharel em Fisioterapia, pela Faculdade da Região Sisaleira.

Aprovado em 06 de dezembro de 2024

Banca Examinadora:

Fernanda Almeida Rodrigues

/ docente.fernanda.rodrigues@faresi.edu.br

Rafael Reis Bacelar Antón/ rafael.anton@faresi.edu.br

Daniela São Paulo Vieira / daniela.vieira@faresi.edu.br

Marcelo Mendes de Oliveira / marcelo.mendes@faresi.edu.br



Rafael Reis Bacelar Antón

Presidente da banca examinadora

Coordenação de TCC – FARESI

Conceição do Coité – BA

2024

A IMPORTÂNCIA DA PREVENÇÃO E REABILITAÇÃO FISIOTERAPÊUTICA NA CAPACIDADE FUNCIONAL DE IDOSOS

Caroniele de Oliveira Carneiro¹

Fernanda Almeida Rodrigues²

RESUMO

O envelhecimento é um processo natural e gradual. Para um envelhecimento saudável e uma boa qualidade de vida é importante prevenir a capacidade funcional e os danos causados pelo envelhecer. Esse trabalho tem como objetivo geral analisar a importância da funcionalidade e qualidade de vida dos idosos e dentre os objetivos específicos identificar fatores da capacidade funcional e biomecânica, compreender a fisioterapia na prevenção e promoção de saúde, bem como conceituar atividades para reabilitação da funcionalidade em idosos. Foi realizada uma revisão bibliográfica qualitativa com abordagem descritiva. A coleta de dados foi realizada através do Periódico CAPES e BVS, aplicando um recorte temporal de 2019 a 2024. Seguindo os critérios de inclusão e exclusão, foram utilizados 12 artigos para a construção deste trabalho. O envelhecimento traz consigo mudanças fisiológicas, psicológicas, biológicas e sociais. Para um envelhecer saudável e com qualidade de vida é preciso de cuidados, alimentação saudável e atividade física para diminuição os danos e manutenção da independência. A fisioterapia geriátrica tem como finalidade preservar função motora e cognitiva, retardar incapacidades e reabilitar funcionalidade para realizar atividades de vida diária. Em síntese, a fisioterapia é dimensionada desde a prevenção até a reabilitação, visando proporcionar bem estar, promoção de saúde e qualidade de vida.

PALAVRAS-CHAVE: Saúde do idoso. Fisioterapia. Qualidade de vida.

ABSTRACT

Aging is a natural and gradual process. For healthy aging and a good quality of life, it is important to prevent functional capacity and the damage caused by aging. This work has the general objective of analyzing the importance of functionality and quality of life in the elderly and, among the specific objectives, identifying factors of functional and biomechanical capacity, understanding physiotherapy in prevention and health promotion, as well as conceptualizing activities for the rehabilitation of functionality in the elderly. A qualitative literature review was carried out with a descriptive approach. Data collection was carried out through the CAPES and BVS Periodicals, applying a time frame from 2019 to 2024. Following the inclusion and exclusion criteria, 12 articles were used to construct this work. Aging brings with it physiological, psychological, biological and social changes. For healthy aging and quality of

¹ Discente do curso de Bacharelado em Fisioterapia. E-mail: caroniele.carneiro@faresi.edu.br.

² Orientador. Docente do curso de Fisioterapia. E-mail: docente.fernanda.rodrigues@faresi.edu.br.

life, care, healthy eating and physical activity are necessary to reduce damage and maintain independence.

Geriatric physiotherapy aims to preserve motor and cognitive function, delay disabilities and rehabilitate functionality to perform activities of daily living. In summary, physiotherapy ranges from prevention to rehabilitation, aiming to provide well-being, health promotion and quality of life.

KEYWORDS: Elderly health. Physiotherapy. Quality of life.

1. INTRODUÇÃO

O envelhecimento tem como conceito a senescência e a senilidade. A senescência é um processo natural, que de forma gradual leva as alterações fisiológicas e estruturais, e a senilidade são os fatores patológicos e crônicos (Martins *et al.* 2021).

Devido ao grande número da população idosa e os riscos sociais e ambientais que são fatores extrínsecos, é de suma importância avaliar a capacidade funcional dos idosos de realizar as suas atividades de vida diária, saber se há independência ou dependência de familiar ou cuidador, para que a qualidade de vida seja de forma preventiva (Neiva e Moreira, 2022; Massad *et al.*, 2023).

Para Rocha *et al.* (2021) a funcionalidade evidencia o desenvolvimento físico e motor, e habilidades nas realizações das atividades de vida diária, para que possa preservar o envelhecimento saudável e uma boa qualidade de vida. Um dos recursos da funcionalidade é a capacidade funcional, que ajuda nas práticas das tarefas cotidianas, a capacidade funcional limitada causa dependência de um cuidador e adaptação de novas situações na rotina dos idosos.

A fisioterapia na prevenção e reabilitação de idosos visa promover a qualidade de vida dessa população de acordo a sua necessidade, avaliando o que ainda tem de funcionalidade, em qual condição de saúde se encontra, para assim traçar o plano terapêutico. Dentre o que se pode realizar com a população idosa de acordo a sua demanda são atividades de dupla tarefa, prevenir o risco de quedas, realizar treino de marcha, manter controle motor e estabilidade, preservar funções motoras e cognitivas, evitar contraturas, diminuir morbidades, retardando incapacidades e promover saúde para alcançar uma longevidade (Ramos, 2022).

Logo, indaga-se: Quais as abordagens da fisioterapia preventiva e reabilitadora na mobilidade física da terceira idade?

Portanto, este estudo tem como objetivo geral analisar a importância da funcionalidade e qualidade de vida dos idosos e dentre os objetivos específicos identificar fatores da capacidade funcional e biomecânica, compreender a fisioterapia na prevenção e promoção de saúde, bem como, conceituar atividades para reabilitação da funcionalidade em idosos.

É importante salientar como a fisioterapia pode estar presente na promoção de saúde, evidenciando a relevância da participação do fisioterapeuta na contribuição da prevenção de riscos/danos, e na reabilitação funcional para realização de atividades de vida diária dos idosos. Esse estudo pretende contribuir com a população idosa em reconhecer a importância da fisioterapia na prevenção de saúde, tendo como benefícios a funcionalidade, independência e uma melhor qualidade de vida.

2. METODOLOGIA

O presente trabalho trata-se de uma revisão bibliográfica qualitativa com abordagem descritiva. Esse modelo de pesquisa tem como intuito proporcionar uma aproximação da temática abordada, através da revisão de literatura, em que foram colhidas informações de diversos autores para se ter o embasamento teórico necessário durante a construção do mesmo. Segundo Marconi e Lakatos (2024), a pesquisa bibliográfica refere-se a uma busca de estudos publicados, objetivando o pesquisador ter o contato direto sobre determinada temática delimitando ou explorando novos problemas.

Os materiais para a busca de dados dessa pesquisa foram coletados por meio do Periódicos CAPES e Portal Regional da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), em um recorte temporal de cinco anos (2019 a 2024). Além disso, foi utilizado uma tese, duas bases na biblioteca virtual da instituição Faculdade da Região Sisaleira - FARESI e uma pesquisa na Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia (SBGG), para aprimoramento de informações necessárias.

A busca foi embasada com a utilização dos seguintes descritores em português: idosos, saúde do idoso, promoção de saúde, qualidade de vida e modalidades da fisioterapia.

Para a seleção dos materiais, foram pré-estabelecidos critérios de inclusão e exclusão. Considerando os critérios de inclusão, evidenciou artigos

disponíveis na íntegra, com caráter de originalidade, referindo o tema proposto e descritos na língua portuguesa, publicados dentro do recorte temporal. Dentre os critérios de exclusão se correlataram aos estudos que foram publicados antes de 2019, artigos que não evidenciavam relação com a problemática do estudo e artigos duplicados.

3. RESULTADOS E DISCUSSÕES

No início, durante a busca dos materiais nas bases de dados, mediante ao uso dos descritores supracitados, foram coletados 43 artigos que estavam indexados na BVS e Periódico CAPES. Em seguida a utilidade dos critérios de inclusão e exclusão, foram selecionados 12 artigos para aplicação da construção do presente trabalho.

3.1 ALTERAÇÕES FISIOLÓGICAS E BIOMECÂNICAS DO IDOSO

O envelhecimento natural e fisiológico traz consigo modificações como alterações de memória, audição, estruturas musculares, aumento de gordura corporal, perda de elasticidade da pele, rugas e embranquecimento dos cabelos (Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia). Oliveira *et al.* (2022), supõe que no ano de 2050 tenha em torno de 1,5 bilhões de indivíduos com 65 anos ou mais, caracterizando 16% da população mundial. Esse processo de envelhecer desperta mudanças psicológicas, biológicas e sociais no ser humano, podendo levar muitos idosos a uma dependência nas suas atividades básicas da vida diária (ABVD), ou inaptidão de executar atividades instrumentais da vida diária (AIVD), necessitando de auxílio em sua vivência.

Diante a evolução do envelhecimento, as modificações fisiológicas do sistema nervoso periférico e central decorrentes de demências e prevalências de declínio cognitivo, resultam em alterações como desorientação espacial, desatenção, lentidão, apraxia, alterações de linguagem e diminuição de memória (Gomes *et al.*, 2021).

Para Pinheiro *et al.* (2019), o envelhecimento varia de idoso para idoso, como também os princípios ambientais e genéticos contribuem para esse seguimento, portanto, é importante ter como prioridade o cuidado com o idoso na busca de um envelhecimento saudável. A prática de atividade física, alimentação saudável e o convívio de pessoas e familiares são benefícios que

colaboram com a melhora da auto estima, o envelhecimento saudável, autoconfiança e a qualidade de vida dos idosos (Pereira *et al.* 2022).

A articulação é caracterizada pela junção entre dois ossos e pelo material intercalado entre eles, denominadas de sinoviais, fibrosas e cartilaginosas, tendo como finalidade fixação e movimento do esqueleto. As articulações fibrosas são definidas pelo aparecimento do tecido conjuntivo entre os ossos, são divididas em suturas, sindesmoses e gonfoses, porém, apresenta mobilidade reduzida. As articulações sinoviais apresentam uma estrutura complexa e com grande mobilidade, possuem cartilagem articular, cápsula articular, cavidade articular, líquido sinovial e ligamentos. Articulação do ombro, cotovelo, radiocarpal, do quadril, joelho e talocrural são as principais articulações sinoviais. Mesmo sendo uma articulação resistente, o ganho de peso, as más posturas por muito tempo, e o uso excessivo possibilita o aumento de degenerações, levando a rigidez da cartilagem, diminuição de amplitude de movimento e fraqueza muscular (Pinheiro *et al.* 2019).

A marcha é considerada uma atividade motora complicada, e realizada com segmentos cíclicos dos membros inferiores para a transferência do corpo, para que seja executada corretamente envolve função motora e cognitiva. Em idosos, as disfunções da marcha são constantes podendo gerar quedas, imobilidades, institucionalização e aumento de mortalidade (Casemiro, 2022).

De acordo com Ramos (2022), a população idosa tem um grande índice de comorbidades por quedas, causadas por variações fisiológicas do envelhecimento, evidenciando a diminuição do equilíbrio, que acontece por causa das alterações do sistema nervoso, visual, proprioceptivo, vestibular, e musculoesquelético. As quedas frequentemente são seguidas de lesões, resultando em fraturas, por variações de densidade óssea, o que implica negativamente na qualidade de vida do idoso.

3.2 FISIOTERAPIA, FUNCIONALIDADE E QUALIDADE DE VIDA DO IDOSO

De acordo com Massad *et al.* (2023), no processo de envelhecimento, fatores associados a genética e ao estilo de vida influenciam qualitativamente, apresentando variações entre indivíduos, portanto, a capacidade funcional é uma condição de saúde importante para avaliar qualidade de vida, e quando

acontece a diminuição dessa capacidade surge a dependência funcional para a realização de atividades de vida diária.

Conforme Pereira *et al.* (2022) a qualidade de vida é definida por aspectos que conciliam o bem estar e a autoestima pessoal, incluindo a capacidade funcional, autocuidado, suporte familiar, estado emocional, interação social, estado de saúde, dentre outros. A importância da qualidade de vida se faz necessária devido ao aumento da população idosa e da longevidade.

A promoção da saúde prepara a comunidade intervindo no desenvolvimento de uma qualidade de vida participativa, para promover saúde a essa população no âmbito de criar estratégias, ações, e programas que proporcionem um envelhecimento saudável, abrangendo a prevenção de agravos e diagnósticos crônicos precoces que possam acometer a cognição e a funcionalidade, assim como atuar na vida social e comunitária (Castro *et al.* 2024).

A funcionalidade é vista como desempenho físico e mental dos indivíduos na capacidade para realizar tarefas diárias. Sua relevância consiste em preservar uma boa qualidade de vida e um envelhecimento saudável, proporcionando auto cuidado e independência, facilitando a realização de seus afazeres e diminuindo as suas limitações. Assim sendo, para diminuir os riscos ou uma perda total da funcionalidade é relevante que os indivíduos participem de atividades preventivas e educativas, convivências e participação em grupos na sociedade e exercícios físicos (Rocha *et al.* 2021).

Dentre as diversas abordagens da fisioterapia, como a mobilização, cinesioterapia, hidroterapia, massoterapia e eletrotermofototerapia, demonstram grandes eficácias no cuidado e reabilitação das alterações que surgem no decorrer da vida do idoso. É de suma importância uma avaliação traçada na funcionalidade e estrutura corporal, assim como a participação social, observando as condições atuais, ambientais e pessoais. A fisioterapia é um dos mecanismos utilizados para proporcionar o cuidado da capacidade funcional de idosos, objetivando preservar a função física, prevenir ou retardar incapacidades e promover maior adequação de acordo com a sua realidade (Oliveira *et al.*, 2022).

Na visão dos estudos de Diniz *et al.* (2020), para traçar um plano terapêutico, o profissional de fisioterapia pode aplicar alguns recursos para avaliação e diagnóstico funcional. Dentre esses recursos encontra-se a medida de independência funcional (MIF), para monitorar os pacientes em fase de reabilitação, que tem como finalidade avaliar e quantificar o desempenho funcional do paciente, em tarefas de transferências, locomoção, controle esfincteriano, autocuidado, comunicação, cognição social, interação social, memória e solução de problemas. Essas tarefas são avaliadas e a pontuação varia de 18 pontos, representando com dependência total a 126 com independência completa. O Índice de Barthel avalia a independência funcional durante a realização das atividades de vida diária como mobilidade e locomoção, quanto maior a pontuação, maior independência. O Índice de Katz avalia a funcionalidade nas atividades básicas de vida diária na prática de autocuidado como alimentação, transferência, capacidade de se vestir e higiene pessoal. Escala de equilíbrio de Berg (EEB), avalia o equilíbrio dinâmico, estático e risco de quedas, com tarefas funcionais diárias como sentar, levantar, rodar, ficar de pé em apoio unipodal, subir e descer degrau. O timed Up and Go (TUG) é um teste que avalia mobilidade funcional e o risco de quedas, é calculado em segundos o tempo em que a pessoa leva para se transferir da posição sentada para de pé, como é a sua estabilização ao deambular durante 3 metros e como é a alteração da marcha.

A cinesioterapia é entendida pela prática do movimento e de exercícios como ideia de tratamento. Na população idosa, a cinesioterapia é aplicada com a finalidade de melhorar a força muscular, flexibilidade e equilíbrio, promover correções de posturas, aumento de resistência, estimular funcionalidade garantindo qualidade de vida (Oliveira *et al.*, 2022). Segundo Prado e Graefling (2019), a cinesioterapia manipula técnicas do movimento com o intuito de conservar ou promover amplitudes de movimentos das articulações e possibilitar a força muscular e a flexibilidade. Dentre os protocolos de exercícios que podem ser aplicados se encontram alongamento de cadeias musculares, aquecimento com caminhada, cinesioterapia com séries, repetições e intervalos, treino de equilíbrio com circuitos de marcha e propriocepção, e atividades interativas e visuais de forma individual ou em grupos com músicas e danças.

A dupla tarefa consiste em uma prática fundamentada, e necessita de uma atenção maior, relacionada a atividades secundárias que podem ser motoras ou cognitivas. A execução de mais de uma atividade ao mesmo tempo é importante para realização de atividades de vida diária (Casemiro, 2022). A dupla tarefa consiste em habilidades que refletem o funcionamento e integridade, incluindo estruturas neurais e musculoesqueléticas (Gomes *et al.*, 2021).

Ainda de acordo com Gomes *et al.* (2021), a possibilidade dos idosos realizarem atividades sincronizadas faz com que conservem a independência funcional dos mesmos, já que para realizar as suas atividades de vida diária no cotidiano requer a capacidade de adequação do ambiente e mudanças corporais com tarefas cognitivas. Assim sendo, a capacidade de realizar duas ou mais atividades motoras ou cognitivas ao mesmo tempo, auxilia na independência funcional, qualidade de vida, bem estar, como também na adequação caso ocorra um acontecimento imprevisto.

Silva *et al.* (2019), relata que a fisioterapia geriátrica tem como finalidade preservar a função cognitiva e motora do idoso possibilitando o retardamento de incapacidades resultante do processo de envelhecimento, e reabilitar a funcionalidade do idoso para as atividades de vida diária. A fisioterapia não se fundamenta apenas na reabilitação, ela permite uma assistência ao idoso abrangendo a prevenção funcional do envelhecimento resultante da senilidade.

O profissional de fisioterapia se expõe como generalista, visto que, exerce a profissão em todos os níveis de atenção à saúde, visando em programas de prevenção e promoção de saúde e não somente em atividades de reabilitação (Ramos, 2022).

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante disso, esse estudo evidenciou a dimensão da fisioterapia em relação à funcionalidade e qualidade de vida da população idosa, tanto na prevenção de danos por fatores intrínsecos e extrínsecos, quanto na reabilitação, visando as estruturas biomecânicas e capacidade funcional.

Portanto, é necessário se construir uma visão ampla a partir de uma avaliação fisioterapêutica bem estruturada e inspecionada, analisando o que ocasionou e levou a uma degeneração nesses indivíduos. É importante notar o

paciente como um todo, avaliando o que se tem de funcionalidade e observando a adequação do ambiente, para assim traçar um plano fisioterapêutico favorecendo promoção de saúde qualificada preservando o bem estar e promovendo qualidade de vida para essa população.

Dessa forma, visto que a população idosa tem aumentado crescentemente, é importante realizar novos estudos para analisar as modificações de fatores biomecânicos, bem como, argumentar e elaborar estratégias que possam proporcionar e compreender as necessidades no que se refere à promoção de saúde do idoso.

REFERÊNCIAS

CASEMIRO, Francine Golghetto. **Influência da fragilidade e do declínio cognitivo na dupla-tarefa de idosos**. 2022. Tese (Doutorado) - Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo, SP, 2022.

CASTRO, Ana Paula Ribeiro de; PINTO, Antônio Germane Alves; GUIMARÃES, José Maria Ximenes; TORRES, Geanne Maria Costa; MORAIS, Ana Patrícia Pereira. Intergeracionalidade e promoção da saúde: reflexos e desafios na atenção à pessoa idosa. **Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.** **2024**, v. 27, p. 1-9, jan. 2024. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbagg/a/dxr7KmN5QcFdvz6j3WKbPsh/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 30 out. 2024.

DINIZ, Lucas Rampazzo; GOMES, Daniel Christiano de Albuquerque; KITNER, Daniel; FIGUEIREDO, Eduardo Andrada Pessoa de; PEIXOTO, Isaura Romero; GUEDES, Maria Magalhães Vasconcelos; PEIXOTO, Rafaella Italiano. **Geriatría**. Rio de Janeiro: Ed. Medbook, 2020. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9786557830048/pageid/4>. Acesso em: 05 nov. 2024.

GOMES, Cintia Sulino; CARVALHO, Mariana Thays; COELHO, Vitoria Helena Maciel; WALSH, Isabel Aparecida Porcatti de; MARTINS, Lislei Jorge Patrizzi; NOGUEIRA, Claudio Mardey; PINTO, Juliana Martins. Relações entre sedentarismo e mobilidade com e sem dupla tarefa em idosos usuários da atenção básica. **Estud. interdiscipl. Envelhec.**, Porto Alegre, v. 26, n. 1, p. 217-232, 2021. Disponível em: <https://seer.ufrgs.br/index.php/RevEnvelhecer/article/view/96876/65126>. Acesso em: 3 nov. 2024.

MARCONI, Marina de Andrade; LAKATOS, Eva Maria. **Metodologia do trabalho científico**. São Paulo: Ed. Atlas, 2024. Disponível em: [https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9788597026559/epubcfi/6/10\[%3Bvnd.vst.idref%3Dhtml4\]!/4/46/1:299\[202%2C4.\].](https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9788597026559/epubcfi/6/10[%3Bvnd.vst.idref%3Dhtml4]!/4/46/1:299[202%2C4.].) Acesso em: 27 set. 2024.

MARTINS, Nidia Farias Fernandes; ABREU, Daiane Porto Gautério; SILVEIRA, Rosemary Silva da; LIMA, Juliana Piveta de; BANDEIRA, Eliel de Oliveira; SANTOS, Carolina de Souza Carvalho Serpa. O processo saúde-doença e a velhice: reflexões acerca do normal e do patológico. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 1, p. 1-7, jan. 2021. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/11977/10727>. Acesso em: 13 abr. 2024.

MASSAD, Jackeline Corrêa França de Arruda Bodnar; LEITE, Eriadny Laiana Nogueira; GONÇALVES, Jessica Tuane da Silva Arruda Ramos. Capacidade funcional de idosos avaliada a partir atividades instrumentais da vida diária. **Revista Foco**, Curitiba (PR), v.16, n.11, p. 01-13, nov. 2023. Disponível em: <https://ojs.focopublicacoes.com.br/foco/article/view/3263/2518>. Acesso em: 29 out. 2024.

NEIVA, Victor Rangel Pinheiro; MOREIRA, Raquel Loiola Gomes. Estudo da prevalência dos fatores intrínsecos e extrínsecos de risco de queda em idosos na atenção primária. **Revista de Atenção à Saúde**, São Caetano do Sul, Sp, v. 20, n. 72, p. 46-56, jul./dez. 2022. Disponível em: https://seer.uscs.edu.br/index.php/revista_ciencias_saude/article/view/8642/3838. Acesso em: 13 abr. 2024.

OLIVEIRA, Erick Michell Bezerra; SILVA, Julianne de Area Leão Pereira da; CARDOSO, Jonas Alves; MATOS, Rubenilson Luna; SILVA, Roberta Taizar Bezerra; PAIXÃO, Antônio Larissa Araújo; SILVA, Maria Edina dos Santos; SANTOS, Bruno Leonardo da Silva dos; ROCHA, Bruna Andrade Gomes. Performance fisioterapêutica na reabilitação da saúde do idoso. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 11, p. 1-8, ago. 2022. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/32670/28284>. Acesso em: 3 nov. 2024.

PEREIRA, Anna Caroline Duarte; ALTOÉ, Hessila Ingrid Vieira; CHAVATE, Monik Vieira. Fisioterapia na relação entre saúde do idoso no tratamento físico, mental e social. **Rumos da Informação**, v. 4, n. 1, p. 283-298, jul. 2022. Disponível em: <https://rumosdainformacao.ivc.br/index.php/rumosdainformacao/article/view/62/69>. Acesso em: 30 out. 2024.

PINHEIRO, Sabrina Carla Barbosa; BARRENA, Helenton Cristhian; MACEDO, Aline Barbosa. Alterações articulares causadas pelo envelhecimento e seus impactos para a anatomia do idoso. **Arquivos do MUDI**, v. 23, n. 3, p. 35-45, 2019. Disponível em: <https://periodicos.uem.br/ojs/index.php/ArqMudi/article/view/51510/751375149121>. Acesso em: 31 out. 2024.

PRADO, Luana; GRAEFLING, Bárbara Camila Flissak. Efeito da cinesioterapia no equilíbrio e na qualidade de vida em um grupo da terceira idade. **Estud. interdiscipl. Envelhec.**, Porto Alegre, v. 24, n. 2, p. 129-146, jul. 2019. Disponível em: <https://seer.ufrgs.br/RevEnvelhecer/article/view/83830/55870>. Acesso em: 30 out. 2024.

RAMOS, Mariana Altvater. A importância da fisioterapia domiciliar para o idoso. **Revista FANORPI**, v. 02, n. 08, p. 31-57, 2022. Disponível em: <https://fanorpi.com.br/universitas/index.php/revista/article/view/81/79>. Acesso em: 30 out. 2024.

ROCHA, Fernanda Bomfim; RANGEL, Rodrigo Leite; SOARES, Letícia Ribeiro; FREITAS, Adrielly Mendes; FREITAS, Diana de Jesus; CHAVES, Renato Novaes. Funcionalidade e condições de saúde em idosos de uma cidade do interior da Bahia. **Arquivos de ciências da saúde da UNIPAR**, Umuarama, v. 25, n. 3, p. 199-206, set./dez. 2021. Disponível em: <https://www.revistas.unipar.br/index.php/saude/article/view/8112/4140>. Acesso em: 31 out. 2024.

SILVA, Francisco Luís Cunha; SANTANA, Wilson Ribeiro de; RODRIGUES, Tatyane Silva. Envelhecimento ativo: o papel da fisioterapia na melhoria da qualidade de vida da pessoa idosa: revisão integrativa. **Rev. UNINGÁ**, Maringá, v. 56, n. S4, p. 134-144, abr./jun. 2019. Disponível em: <https://revista.uninga.br/uninga/article/view/2321/1952>. Acesso em: 31 out. 2024.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE GERIATRIA E GERONTOLOGIA. **Guia para jornalistas na cobertura do envelhecimento**. Disponível em: <https://sbgg.org.br/biblioteca-sbgg/>. Acesso em: 29 out. 2024.