

Eixo temático: Promoção da Saúde e Bem-estar do Idoso

## ATUAÇÃO DE ESTAGIÁRIOS DE FISIOTERAPIA EM GRUPOS DE IDOSOS: PREVENÇÃO DE QUEDAS E PROMOÇÃO DA FUNCIONABILIDADE

Gabriella Lima Fernandes<sup>1</sup>; Aline Lopes da Silva Moura<sup>2</sup>; Saul Ruan Pereira Camboim<sup>2</sup>; Gabriela Simões de Paiva<sup>2</sup> e Andre Luiz Petrolini<sup>3</sup>

**Introdução:** O envelhecimento populacional traz modificações fisiológicas, cognitivas e motoras, reduzindo a capacidade funcional dos idosos e aumentando o risco de quedas, dependência e fragilidade (De Oliveira et al., 2017; Pillatt; Nielsson; Schneider, 2019). A fragilidade eleva a vulnerabilidade a hospitalizações e morbimortalidade, sendo reconhecida como um desafio à saúde pública (Pillatt; Nielsson; Schneider, 2019). Nesse contexto, a prática de exercícios supervisionados por profissionais de saúde, incluindo fisioterapeutas, contribui para a manutenção da força, equilíbrio e mobilidade, prevenindo quedas e melhorando a funcionalidade e autonomia do idoso (De Oliveira et al., 2017; Silva et al., 2021). A adesão aos programas depende de organização adequada, orientação profissional e supervisão atenta para garantir a execução correta dos movimentos (Silva et al., 2021). Além dos aspectos físicos, a participação social em grupos coletivos favorece integração, engajamento e suporte emocional, promovendo motivação contínua para adesão às atividades (Alborghetti et al., 2025). O fisioterapeuta atua não apenas na reabilitação motora, mas também na prevenção de incapacidades, orientação individualizada, supervisão de exercícios e estímulo à autonomia do idoso, contribuindo para a qualidade de vida e autoestima (Alborghetti et al., 2025). Diante desse cenário, o presente trabalho tem como objetivo descrever a experiência de atuação em grupos de idosos, observando a aplicação de recursos fisioterapêuticos para prevenção de quedas, melhoria postural e promoção da funcionalidade. **Relato de Experiência:** O estágio é realizado em grupos de idosos na região da Bahia, durante atividades de exercícios supervisionados por fisioterapeutas. Os estagiários participam de forma observacional e

<sup>1</sup> Graduanda em Fisioterapia, Centro Universitário do Rio São Francisco – UNIRIOS. E-mail: 221.26.101@uniriosead.com;

<sup>2</sup> Discentes do curso de Fisioterapia, Centro Universitário do Rio São Francisco – UNIRIOS;

<sup>3</sup> Professor Doutor em Ciências Veterinárias, Centro Universitário do Rio São Francisco – UNIRIOS. E-mail: andre.petrolini@unirios.edu.br

auxiliam na correção postural, garantindo que os movimentos sejam realizados de maneira segura e eficiente, prevenindo sobrecargas e promovendo benefícios funcionais. O acompanhamento permite avaliar a evolução da mobilidade, equilíbrio e força muscular, favorecendo a autonomia nas atividades de vida diária. Todos os procedimentos seguem o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), garantindo ética e segurança na prática profissional. Considerações Finais: A experiência evidencia que a atuação do fisioterapeuta em grupos de idosos promove prevenção de quedas, melhora da funcionalidade e incentiva a participação social. O acompanhamento profissional garante segurança, adesão às atividades e melhora a qualidade de vida. Estratégias de intervenção em grupo permitem integrar aspectos físicos e sociais, destacando a importância da fisioterapia na atenção à saúde do idoso e no envelhecimento ativo, estimulando autonomia, bem-estar e autoestima.

### Palavras-chave:

Idoso. Fisioterapia. Prevenção de quedas. Funcionalidade. Exercícios em grupos.

### Referências

ALBORGHETTI, J. A.; SILVA, J. P.; MARTINS, C.; SOUZA, R. As relações sociais e suas influências na saúde dos idosos do CEPAP: potencialidades da fisioterapia na promoção da qualidade de vida. *Interfaces Científicas – Saúde e Ambiente*, v. 10, n. 1, p. 23-33, 2025.

DE OLIVEIRA, H. M. L.; SANTOS, J.; FERREIRA, A. Fisioterapia na prevenção de quedas em idosos: revisão de literatura. *Revista Interdisciplinar de Estudos Experimentais-Animais e Humanos – Interdisciplinary Journal of Experimental Studies*, v. 9, n. 1, 2017.

PILLATT, A. P.; NIELSSON, J.; SCHNEIDER, R. H. Efeitos do exercício físico em idosos fragilizados: uma revisão sistemática. *Fisioterapia e Pesquisa*, v. 26, p. 210-217, 2019.

SILVA, A. M.; COSTA, F.; ALMEIDA, R.; PEREIRA, L. Fatores associados à adesão a grupos de atividades físicas na atenção básica. *Fisioterapia e Pesquisa*, v. 27, p. 220-227, 2021.