



EPIC 2025

XII ENCONTRO DE PESQUISA, XVI ENCONTRO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA E
II ENCONTRO DE ENSINO E EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA



RELATO PROFISSIONAL

ATUAÇÃO DO FISIOTERAPEUTA NA ESPECIALIDADE DO IDOSO

Geovana Ferreira Mendes¹
Jhulian Eloise Silva da Rocha²
Mellanie Andrade Madeiro³
Sthefany Mayara Rocha⁴

Resumo: : O projeto extensionista teve como foco a promoção da saúde de idosos no Centro de Convivência do Idoso (CCI), abordando a importância do envelhecimento ativo e da prevenção de agravos como quedas, perda de mobilidade, uso inadequado de medicamentos e isolamento social. Diante do rápido crescimento da população idosa no Brasil e das vulnerabilidades que comprometem sua autonomia, buscou-se fortalecer o papel do fisioterapeuta na prevenção de doenças e na promoção da qualidade de vida. A iniciativa contou com etapas teóricas e práticas: pesquisa bibliográfica sobre saúde do idoso, entrevista com fisioterapeuta, elaboração de material informativo acessível e apresentação do conteúdo aos idosos. Foram desenvolvidas ações educativas e orientações sobre hábitos saudáveis, exercícios físicos, adaptações domiciliares e autocuidado. O projeto também promoveu a integração entre estudantes e comunidade, possibilitando a aplicação prática dos conhecimentos adquiridos nas disciplinas do curso de Fisioterapia e reforçando valores éticos, empatia e responsabilidade social. A experiência contribuiu tanto para o bem-estar dos idosos atendidos quanto para a formação humanizada e crítica dos futuros profissionais de saúde.

Palavras-chave: Envelhecimento ativo; Fisioterapia; Promoção da saúde; Cuidado ao idoso; Prevenção de quedas.

Abstract: This extension project focused on promoting the health of older adults at the Elderly Community Center (CCI), emphasizing active ageing and the prevention of adverse conditions such as falls, loss of mobility, inappropriate medication use, and social isolation. Considering the rapid growth of the elderly population in Brazil and the vulnerabilities that compromise their autonomy, the initiative sought to strengthen the role of physiotherapists in disease prevention and quality-of-life promotion. The project combined theoretical and practical steps: bibliographic research on elderly health, an interview with a physiotherapist, development of accessible educational material, and its presentation to the elderly. Educational activities and guidance were provided on healthy habits, physical exercise, home adaptations, and self-care. It also promoted integration between students and the community, allowing the practical application of knowledge acquired in Physiotherapy courses and reinforcing ethical values, empathy, and social responsibility. The experience contributed both to the well-being of the elderly participants and to the humanised, critical training of future health professionals.



EPIC 2025

XII ENCONTRO DE PESQUISA, XVI ENCONTRO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA E
II ENCONTRO DE ENSINO E EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA



Key-words: Active ageing; Physiotherapy; Health promotion; Elderly care; Fall prevention..

1. INTRODUÇÃO

O envelhecimento da população brasileira ocorre de forma acelerada, trazendo novos desafios para a promoção da saúde e a garantia da qualidade de vida dos idosos. Apesar dos avanços nas políticas públicas, muitos ainda enfrentam vulnerabilidades que comprometem sua autonomia e bem-estar, como quedas, perda de mobilidade, uso inadequado de medicamentos, depressão e isolamento social. Esses agravos, em grande parte evitáveis, configuram um importante problema de saúde pública e evidenciam a necessidade de ações educativas e preventivas voltadas para esse grupo.

2. DESENVOLVIMENTO

O projeto extensionista foi estruturado em etapas que integraram pesquisa, elaboração de material informativo e ações educativas junto ao público-alvo. Inicialmente, realizou-se uma pesquisa bibliográfica sobre os principais aspectos relacionados à saúde do idoso, com ênfase em cuidados preventivos, qualidade de vida e o papel do fisioterapeuta na terceira idade.

Para complementar o embasamento teórico, a equipe realizou uma entrevista com um fisioterapeuta, que, embora não especializado em geriatria, contribuiu com informações relevantes sobre saúde e bem-estar. A partir desses dados, foi elaborado um folder educativo, com linguagem acessível e visual atrativo, contendo orientações sobre hábitos saudáveis, prevenção de quedas e importância da atividade física.

O local de divulgação escolhido foi o Centro de Convivência do Idoso (CCI), espaço frequentado por pessoas da terceira idade, o que facilitou o contato direto com o público-alvo. No dia da visita, a equipe apresentou o folder e promoveu um momento de orientação e conscientização sobre cuidados com a saúde, destacando:



EPIC 2025

XII ENCONTRO DE PESQUISA, XVI ENCONTRO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA E
II ENCONTRO DE ENSINO E EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA



- a importância de manterem-se fisicamente ativos;
- a adaptação do ambiente doméstico para prevenir quedas (instalação de barras de apoio, retirada de obstáculos e tapetes soltos, melhoria da iluminação);
- a realização regular de alongamentos e exercícios físicos;
- hábitos saudáveis de autocuidado

A ação teve caráter educativo, limitando-se à entrega e explicação do material informativo, mas proporcionou interação direta com os idosos e troca de experiências. Posteriormente, no ambiente acadêmico, a equipe apresentou o projeto aos colegas de sala, relatando a experiência vivida, desde o planejamento até a execução no CCI, registrando fotos e evidências das atividades realizadas.

2.2. ILUSTRAÇÕES

Figura 1 - Aplicação do projeto na comunidade





2.3. TABELAS

TABELA- Aspectos da Fisioterapia Geriátrica

| Idade/Período | Possível Problema | Dados / Relevância | Como a Fisioterapia Geriátrica Entra |
|---------------|----------------------------------|--|--|
| 60-65 anos | Sedentarismo inicial | Início de perda de massa muscular e flexibilidade; risco de doenças cardiovasculares | Exercícios leves de fortalecimento muscular, alongamentos e atividades aeróbicas moderadas |
| 66-70 anos | Redução da mobilidade | Diminuição da força, equilíbrio e resistência; maior risco de quedas | Treinamento de equilíbrio, fortalecimento muscular, caminhadas supervisionadas |
| 71-75 anos | Problemas articulares | Artrose, rigidez, dores articulares | Terapia manual, exercícios de amplitude de movimento, hidroterapia |
| 76-80 anos | Perda de independência funcional | Dificuldade em realizar atividades de vida diária (AVDs) | Exercícios funcionais, treino de marcha, adaptação de ambiente |
| 81+ anos | Fragilidade geral | Maior risco de quedas, fraturas, perda de autonomia | Programa individualizado de fortalecimento, fisioterapia preventiva, monitoramento constante |

3. INDICAÇÃO DAS FONTES CONSULTADAS

AMARAL, Claudia Ferreira do et al. Intervenções fisioterapêuticas na prevenção de quedas em idosos: revisão de literatura. **Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano**, Passo Fundo, v. 12, n. 2, p. 197-208, 2015.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Caderno de Atenção Básica: Envelhecimento e Saúde da Pessoa Idosa**. Brasília: Ministério da Saúde, 2006. (Série A. Normas e Manuais Técnicos, n. 19).



EPIC 2025

XII ENCONTRO DE PESQUISA, XVI ENCONTRO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA E
II ENCONTRO DE ENSINO E EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA



CAMARANO, Ana Amélia. Cuidados de longa duração para a população idosa: um novo risco social a ser assumido? **Revista Brasileira de Estudos de População**, São Paulo, v. 27, n. 2, p. 387-405, 2010.

MOREIRA, Mônica Dias. Prevenção de quedas em idosos: abordagem multidisciplinar. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, Rio de Janeiro, v. 18, n. 2, p. 307-316, 2015.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A realização deste projeto extensionista permitiu às acadêmicas vivenciarem, na prática, a importância da atuação educativa do fisioterapeuta cardiopulmonar na comunidade. Observou-se que ações simples, como a distribuição de material informativo e diálogos breves, podem impactar positivamente na conscientização da população sobre saúde cardiopulmonar. Além de contribuir para a formação acadêmica, o projeto reforçou a necessidade de iniciativas de extensão para aproximar a universidade da sociedade, promovendo troca de saberes e fortalecimento do vínculo entre serviços de saúde e população. Para estudos futuros, sugere-se a ampliação do tempo de interação com a comunidade e a inclusão de avaliações pré e pós-intervenção para mensurar resultados mais concretos..

5. AGRADECIMENTOS

As autoras agradecem ao Centro Universitário UNIFATEB, à professora orientadora Janieli Talita Bueno Koskur, ao fisioterapeuta Diego Fernandes pela entrevista concedida e à equipe do CCI pela recepção e apoio durante a realização do projeto.



REFERÊNCIAS

AMARAL, Claudia Ferreira do et al. Intervenções fisioterapêuticas na prevenção de quedas em idosos: revisão de literatura. **Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano**, Passo Fundo, v. 12, n. 2, p. 197-208, 2015.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Caderno de Atenção Básica: Envelhecimento e Saúde da Pessoa Idosa**. Brasília: Ministério da Saúde, 2006. (Série A. Normas e Manuais Técnicos, n. 19).

CAMARANO, Ana Amélia. Cuidados de longa duração para a população idosa: um novo risco social a ser assumido? **Revista Brasileira de Estudos de População**, São Paulo, v. 27, n. 2, p. 387-405, 2010.

MOREIRA, Mônica Dias. Prevenção de quedas em idosos: abordagem multidisciplinar. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, Rio de Janeiro, v. 18, n. 2, p. 307-316, 2015.

CONTRIBUIÇÃO DOS AUTORES

Geovana Ferreira Mendes

| Item de colaboração | Igual aos demais | Menor que os demais | Maior que os demais | Não participou deste item |
|--|------------------|---------------------|---------------------|---------------------------|
| Contextualização do trabalho | X | | | |
| Organização dos dados | X | | | |
| Análise formal dos dados | X | | | |
| Análise formal do texto | X | | | |
| Financiamento para desenvolvimento do trabalho | X | | | |
| Investigação e estudo | X | | | |
| Metodologia | X | | | |
| Administração de cronograma | X | | | |
| Administração de recursos | X | | | |
| Gestão do projeto | X | | | |
| Validação do projeto | X | | | |
| Marketing | X | | | |



| | | | | |
|---|---|--|--|--|
| Escrita do trabalho | X | | | |
| Participação em reuniões | X | | | |
| Revisão do trabalho | X | | | |
| Participação na construção do protótipo | X | | | |

Jhulian Eloise Silva da Rocha

| Item de colaboração | Igual aos demais | Menor que os demais | Maior que os demais | Não participou deste item |
|--|------------------|---------------------|---------------------|---------------------------|
| Contextualização do trabalho | | X | | |
| Organização dos dados | | X | | |
| Análise formal dos dados | | X | | |
| Análise formal do texto | | X | | |
| Financiamento para desenvolvimento do trabalho | | X | | |
| Investigação e estudo | | X | | |
| Metodologia | | X | | |
| Administração de cronograma | | X | | |
| Administração de recursos | | X | | |
| Gestão do projeto | | X | | |
| Validação do projeto | | X | | |
| Marketing | | X | | |
| Escrita do trabalho | | | | X |
| Participação em reuniões | | X | | |
| Revisão do trabalho | | X | | |
| Participação na construção do protótipo | X | | | |

Mellanie Andrade Madeiro

| Item de colaboração | Igual aos demais | Menor que os demais | Maior que os demais | Não participou deste item |
|--|------------------|---------------------|---------------------|---------------------------|
| Contextualização do trabalho | x | | | |
| Organização dos dados | x | | | |
| Análise formal dos dados | x | | | |
| Análise formal do texto | x | | | |
| Financiamento para desenvolvimento do trabalho | x | | | |
| Investigação e estudo | | | | |
| Metodologia | x | | | |
| Administração de cronograma | x | | | |
| Administração de recursos | x | | | |
| Gestão do projeto | x | | | |

EPIC 2025

XII ENCONTRO DE PESQUISA, XVI ENCONTRO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA E
II ENCONTRO DE ENSINO E EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA



| | | | | |
|---|---|--|--|--|
| Validação do projeto | x | | | |
| Marketing | x | | | |
| Escrita do trabalho | x | | | |
| Participação em reuniões | x | | | |
| Revisão do trabalho | x | | | |
| Participação na construção do protótipo | x | | | |

Sthefany Mayara Rocha

| Item de colaboração | Igual aos demais | Menor que os demais | Maior que os demais | Não participou deste item |
|--|------------------|---------------------|---------------------|---------------------------|
| Contextualização do trabalho | x | | | |
| Organização dos dados | x | | | |
| Análise formal dos dados | x | | | |
| Análise formal do texto | x | | | |
| Financiamento para desenvolvimento do trabalho | x | | | |
| Investigação e estudo | | | | |
| Metodologia | x | | | |
| Administração de cronograma | x | | | |
| Administração de recursos | x | | | |
| Gestão do projeto | x | | | |
| Validação do projeto | x | | | |
| Marketing | x | | | |
| Escrita do trabalho | x | | | |
| Participação em reuniões | x | | | |
| Revisão do trabalho | x | | | |
| Participação na construção do protótipo | x | | | |