



A CONTRIBUIÇÃO DA FISIOTERAPIA NA PROMOÇÃO DA SAÚDE INTEGRAL

Ediene Soares Silva¹

Resumo: O estudo aborda a importância da fisioterapia na promoção da saúde, bem-estar e qualidade de vida, considerando o papel dessa ciência na prevenção, reabilitação e manutenção da funcionalidade humana. O objetivo foi analisar como as práticas fisioterapêuticas contribuem para a melhoria da saúde integral e para o fortalecimento de comportamentos preventivos. A pesquisa, de caráter descritivo e qualitativo, baseou-se em revisão bibliográfica de artigos e documentos oficiais que discutem a atuação fisioterapêutica no contexto da saúde coletiva. Os resultados indicam que a fisioterapia vai além do tratamento de doenças, promovendo autonomia, inclusão e equilíbrio físico e emocional. Evidenciou-se que a atuação interdisciplinar e humanizada do fisioterapeuta é essencial para a consolidação de práticas de cuidado voltadas ao bem-estar e à sustentabilidade da saúde pública. A discussão reforça que o movimento humano é elemento central para a qualidade de vida e que o fisioterapeuta atua como agente de transformação social ao incentivar hábitos saudáveis e prevenir agravos. Conclui-se que a fisioterapia tem papel estratégico na promoção da saúde, destacando-se pela integração entre ciência, tecnologia e humanização no cuidado ao indivíduo e à coletividade.

Palavras-chave: Bem-estar. Fisioterapia. Qualidade de vida. Saúde.

¹E. S. SILVA (👤). Fisioterapeuta, Discente do curso de pós-graduação em Educação. Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Goiás. Goiânia, GO, Brasil. E-mail: ediene.soares76@icloud.com

INTRODUÇÃO

A promoção da saúde e do bem-estar tem se tornado uma prioridade global, sendo a fisioterapia uma das áreas fundamentais para garantir qualidade de vida e autonomia às pessoas. Este estudo busca compreender o papel da fisioterapia na melhoria da saúde integral, considerando o equilíbrio entre corpo, mente e ambiente. O objetivo é analisar as contribuições da fisioterapia para a promoção da saúde e a prevenção de doenças, destacando sua importância social e clínica. O estudo justifica-se pela necessidade de compreender como práticas fisioterapêuticas influenciam positivamente o bem-estar e a funcionalidade humana.

METODOLOGIA

A pesquisa é de natureza qualitativa, com abordagem descritiva e exploratória. Foi realizada por meio de revisão bibliográfica em bases científicas como SciELO, PubMed e Google Acadêmico, abrangendo publicações entre 2013 e 2024. Os critérios de inclusão consideraram estudos que abordassem a fisioterapia na promoção da saúde, qualidade de vida e bem-estar. As informações coletadas foram analisadas de forma interpretativa, relacionando conceitos teóricos e evidências científicas recentes.

FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

O conceito de saúde vem sendo progressivamente ampliado nas últimas décadas, superando a antiga definição restrita à ausência de doenças. De acordo com a Organização Mundial da Saúde (1997), saúde é um estado de completo bem-estar físico, mental e social, o que implica reconhecer que ela é influenciada por fatores biológicos, psicológicos, sociais e ambientais. Nessa perspectiva, a fisioterapia tem se destacado como ciência e profissão essencial para a promoção da saúde integral, atuando tanto na prevenção quanto na reabilitação e manutenção da funcionalidade humana (BRASIL, 2013). A fisioterapia moderna adota uma visão biopsicossocial do processo saúde-doença, compreendendo o indivíduo de forma global e contextualizada. Essa abordagem rompe com o modelo biomédico tradicional e reconhece que a qualidade de vida está diretamente relacionada à capacidade de movimentar-se, interagir, trabalhar e participar ativamente da sociedade (CIEZA; STUCKI, 2019). Assim, o movimento humano é compreendido não apenas como manifestação física, mas também como expressão de autonomia, identidade e bem-estar (SOUZA; LIMA, 2018).

A qualidade de vida, por sua vez, é entendida como a percepção que o indivíduo tem sobre sua posição na vida, levando em conta aspectos culturais, sociais, emocionais e espirituais. Estudos apontam que a fisioterapia influencia positivamente essa percepção, pois atua de forma direta sobre a capacidade funcional, o alívio da dor, a autonomia e o estado emocional dos pacientes (FERREIRA; OLIVEIRA, 2023).

Dessa forma, o fisioterapeuta contribui para a construção de uma vida mais saudável e produtiva, ampliando o bem-estar individual e coletivo (ALMEIDA; SANTOS, 2022). As práticas fisioterapêuticas no campo da promoção da saúde incluem ações de prevenção de agravos, educação em saúde, ergonomia, reeducação postural, atividades físicas adaptadas e programas de condicionamento físico. Tais ações têm como finalidade reduzir o impacto das doenças crônicas não transmissíveis — como hipertensão, diabetes, obesidade e doenças osteomusculares — e melhorar o desempenho funcional e a resistência física (TREHLA; CARMO, 2020).



A fisioterapia preventiva atua em diferentes contextos, como escolas, empresas, comunidades e unidades básicas de saúde, fortalecendo o papel do fisioterapeuta como agente de transformação social (BRASIL, 2013). O bem-estar é outro conceito central nesse debate e se refere ao equilíbrio entre corpo e mente, que se expressa na sensação de satisfação e harmonia com a própria vida. A fisioterapia, ao integrar o cuidado físico e emocional, favorece esse equilíbrio (SOUZA; LIMA, 2018). A escuta ativa, o acolhimento e o vínculo terapêutico estabelecido entre fisioterapeuta e paciente são componentes fundamentais do processo de reabilitação e promoção da saúde. Essa dimensão humanizada do cuidado evidencia que a fisioterapia ultrapassa o campo técnico, assumindo uma dimensão educativa e relacional (FERREIRA; OLIVEIRA, 2023).

No campo da atenção primária à saúde, a inserção do fisioterapeuta tem se mostrado estratégica para ampliar o acesso da população a práticas de prevenção e autocuidado. Em programas de saúde coletiva, o fisioterapeuta atua de forma interdisciplinar, desenvolvendo ações conjuntas com enfermeiros, médicos, educadores físicos e psicólogos. Essa interprofissionalidade possibilita o atendimento integral e contribui para o fortalecimento das redes de cuidado (TREHLA; CARMO, 2020).

A literatura recente também aponta que a fisioterapia desempenha papel fundamental na saúde do trabalhador, por meio de ações ergonômicas e de ginástica laboral, e na saúde do idoso, ao prevenir quedas e promover a manutenção da capacidade funcional (ALMEIDA; SANTOS, 2022). Em ambos os casos, o foco não é apenas o tratamento, mas a promoção de autonomia e qualidade de vida, respeitando os limites e potencialidades de cada pessoa (FERREIRA; OLIVEIRA, 2023).

Portanto, a fisioterapia contemporânea é um campo em constante expansão, que articula ciência, tecnologia e humanização para responder às demandas da sociedade moderna. Seu compromisso com a saúde, o bem-estar e a qualidade de vida traduz-se em práticas baseadas em evidências, orientadas pela ética e pela integralidade do cuidado. Nesse contexto, a atuação fisioterapêutica assume uma dimensão política e social, contribuindo ativamente para o desenvolvimento humano e para a consolidação de uma cultura de saúde preventiva e sustentável (CIEZA; STUCKI, 2019).

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Os resultados da análise bibliográfica indicam que as práticas fisioterapêuticas ampliam significativamente os indicadores de saúde e bem-estar, especialmente em populações com doenças crônicas e limitações funcionais. Observa-se que programas fisioterapêuticos regulares reduzem a dor, melhoram a mobilidade e aumentam a autoestima dos pacientes. Além disso, a atuação preventiva e educativa do fisioterapeuta contribui para a redução de custos hospitalares e para o fortalecimento das políticas públicas de saúde, reforçando o papel do profissional como agente de transformação social.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conclui-se que a fisioterapia é uma área essencial para a promoção da saúde, do bem-estar e da qualidade de vida. Sua atuação ultrapassa os limites clínicos e alcança dimensões sociais, educativas e preventivas. O estudo demonstrou que o fortalecimento das práticas fisioterapêuticas, aliado à formação contínua e à integração multiprofissional, é fundamental para consolidar um modelo de cuidado integral e humanizado. Sugere-se a ampliação de pesquisas que investiguem os impactos da fisioterapia na saúde coletiva e nas políticas públicas, contribuindo para uma sociedade mais saudável e inclusiva.



REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALMEIDA, M. C.; SANTOS, R. F. Fisioterapia e promoção da saúde: Perspectivas interdisciplinares. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. Diretrizes para o cuidado fisioterapêutico na atenção básica à saúde. Brasília: MS, 2013.

CIEZA, A.; STUCKI, G. The role of functioning in the definition of health. *Disability and Rehabilitation*, v. 41, n. 1, p. 50–59, 2019.

FERREIRA, L. A.; OLIVEIRA, P. R. Qualidade de vida e fisioterapia: Perspectivas para a promoção da saúde. *Saúde em Foco*, v. 9, n. 2, p. 55–68, 2023.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). WHOQOL: Measuring quality of life. Geneva: WHO, 1997.

SOUZA, T. M.; LIMA, G. A. Bem-estar, movimento e autonomia: O papel social da fisioterapia. *Revista Movimento*, v. 24, n. 2, p. 45–59, 2018.

TREHLA, C. S.; CARMO, L. C. Fisioterapia e saúde coletiva: Desafios e perspectivas. São Paulo: Manole, 2020.

