

FRAGILIDADE EM IDOSOS E CONTRIBUIÇÕES DA FISIOTERAPIA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DE LITERATURA

Daniele Santos Souza¹ (PROSUP/CAPES);
Laira Lisboa² (PBITI/FAPITEC/Unit); Neuma Costa² (PROVIC/Unit); Renata Paes¹
(PIBIC/CNPq); Edna Farias Cândido Aragão¹ (Orientador); Antônio Maurício Brasil³
(Orientador).
(E-mail do autor correspondente)
mestrado_daniele@souunit.com.br

¹Instituto de Tecnologia e Pesquisa/Aracaju/SE.

²Universidade Tiradentes/Fisioterapia/SE

³Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública/Salvador/BA.

4.00.00.00-1- Ciências da Saúde; 4.08.00.00-8 - Fisioterapia e Terapia Ocupacional

RESUMO

Introdução: A síndrome da fragilidade corresponde a uma apresentação clínica associada ao avançar da idade e tem como consequências alterações na estrutura e função corporal, além das diminuições do nível de atividade física e velocidade da marcha, facilita as quedas, favorecendo as institucionalizações e hospitalizações. Avaliações abrangentes, intervenções preventivas e cuidados multidisciplinares direcionados aos idosos frágeis, tem melhor relação custo/efetividade (Lourenço et al., 2018)¹. Assim, intervenções não farmacológicas que possam prevenir, retardar ou impedir a progressão da fragilidade são necessárias. **Objetivo:** Construir um acervo científico acerca das contribuições da fisioterapia nas situações de fragilidade em idosos comunitários. **Metodologia:** Essa revisão integrativa de literatura, envolveu artigos publicados nas bases de dados BVS, Pubmed, Scielo e PeDro do período de 2016 a 2021. Foram utilizadas “e” ou “and” nas combinações entre as seguintes palavras chaves: idosos, idosos frágeis, fisioterapia, e seus sinônimos nos idiomas português e inglês. Foram incluídos estudos realizados com indivíduos em idade igual ou superior a 60 anos, considerados frágeis e submetidos à intervenção fisioterapêutica. Foram excluídos artigos de revisão, aqueles que não se referiam a idosos frágeis no título dos estudos e que não envolveram a fisioterapia como forma de intervenção. **Resultados:** foram encontrados na Pubmed 278, BVS 56, PeDro 9 e na Scielo 0, totalizando 343 artigos. Desse total 256 foram excluídos após a leitura dos títulos, e 49 após a leitura dos resumos, e excluídos ainda 30 após a leitura na íntegra, restando 8 artigos incluídos para esta revisão. Programas de exercícios centrado no paciente e com apoio multimodal no contexto interdisciplinar, envolvendo treino de força, equilíbrio, propriocepção, associada a prática aeróbica, aconselhamento e treino cognitivo, podem auxiliar na minimização dos quadros de fragilidade já instalada. **Conclusão:** Os estudos encontrados evidenciaram importância nas condutas para esse perfil de pacientes, seja na melhora da mobilidade, resistência, atividades instrumentais de vida diárias (AIVDS) e qualidade de vida. Os estudos incluídos atenderam aos critérios exigidos, trazendo contribuições na capacidade física e funcional. No entanto, observou-se uma fragilidade quanto aos desenhos metodológicos propostos, bem como a presença de controvérsias acerca das possibilidades de reversão dos quadros de fragilidade. A diversidade de concepções sobre fragilidade presentes na literatura aponta também para a necessidade de pesquisas futuras que possam conferir um maior nível de segurança dessa abordagem. Qualificar a prática clínica do fisioterapeuta diante da multiplicidade de técnicas e intervenções se fazem necessários. Assim, a escassez de material com boa qualidade metodológica e às controvérsias na reversão da fragilidade em idosos, deixam clara a necessidade de pesquisas futuras

PALAVRAS-CHAVE: fisioterapia, fragilidade, idoso.

ABSTRACT

Introduction: The frailty syndrome corresponds to a clinical presentation associated with advancing age and has as consequences changes in body structure and function, in addition to decreases in the level of physical activity and gait speed, facilitating falls. Qualifying the physical therapist's clinical practice in the face of the multiplicity of techniques and interventions is necessary. Thus, the scarcity of material with good methodological quality and the controversies about the reversal of frailty in the elderly, make clear the need for future research, favoring institutionalization and hospitalizations. Comprehensive assessments, preventive interventions and multidisciplinary care aimed at frail older adults are more cost-effective (Lourenço et al., 2018). Thus, non-pharmacological interventions that can prevent, delay or stop the progression of frailty are needed. **Objective:** To build a scientific collection about the contributions of physical therapy in situations of frailty in community-dwelling elderly people. **Methodology:** This integrative literature review involved articles published in the VHL, Pubmed, Scielo and PeDro databases from 2016 to 2021. "e" or "and" were used in combinations between the following keywords: elderly, frail elderly, physiotherapy, and their synonyms in Portuguese and English. Studies carried out with individuals aged 60 years or older, considered frail and submitted to physical therapy intervention, were included. Review articles were excluded, those that did not refer to frail elderly in the title of the studies and that did not involve physical therapy as a form of intervention. **Results:** they were found in Pubmed 278, BVS 56, PeDro 9 and Scielo 0, totaling 343 articles. Of this total, 256 were excluded after reading the titles, and 49 after reading the abstracts, and 30 were excluded after reading in full, leaving 8 articles included for this review. Patient-centered exercise programs with multimodal support in an interdisciplinary context, involving strength training, balance, proprioception, associated with aerobic practice, counseling and cognitive training, can help to minimize frailty already installed. **Conclusion:** The studies found showed importance in the conducts for this profile of patients, whether in improving mobility, resistance, instrumental activities of daily living (IADL) and quality of life. The included studies met the required criteria, bringing contributions to physical and functional capacity. However, a weakness was observed regarding the proposed methodological designs, as well as the presence of controversies about the possibilities of reversing frailty conditions. The diversity of conceptions about frailty present in the literature also points to the need for future research that can provide a greater level of security for this approach. Qualifying the physical therapist's clinical practice in the face of the multiplicity of techniques and interventions is necessary. Thus, the scarcity of material with good methodological quality and the controversies about the reversal of frailty in the elderly, make clear the need for future research.

KEYWORDS: physical therapy, frailty, elderly.

REFERÊNCIAS/REFERENCES:

- LOURENÇO R.A.¹. et. al. Consenso brasileiro de fragilidade em idosos: conceitos, epidemiologia e instrumentos de avaliação. *Geriatria Gerontologia Agingologia*, 12:121-35, 2018.
- SADJAPONG U². et al. Multicomponent exercise program reduces frailty And inflammatory biomarkers and improves physical Performance in community-dwelling older adults: A randomized controlled trial. *J Environ Revista Saúde Pública*, 17:3760, 2020.
- SUIKKANEN S.³ et al. Effect of 12-Month Supervised, Home-Based Physical Exercise on Functioning Among Persons With Signs of Frailty: A Randomized Controlled . *Archives of Physical Medicine and Rehabilitation*, 12: 2283-2290, 2021.
- MUGUETA-AGUINAGA I.; GARCIA-ZAPIRAIN B⁴. Frailty Level Monitoring and Analysis after a Pilot Six-Week Randomized Controlled Clinical Trial Using the FRED Exergame Including Biofeedback Supervision in an Elderly Day Care Centre *Int J Environ Revista Saúde Pública*, 5: 729, 2019.