


BENEFÍCIOS DA FISIOTERAPIA EM PACIENTES IDOSOS NO SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE

BENEFITS OF PHYSIOTHERAPY FOR ELDERLY PATIENTS IN THE BRAZILIAN PUBLIC HEALTH SYSTEM

BENEFICIOS DE LA FISIOTERAPIA PARA PACIENTES ANCIANOS EN EL SISTEMA PÚBLICO DE SALUD BRASILEÑO

 <https://doi.org/10.56238/arev8n5-099>

Data de submissão: 24/04/2026

Data de publicação: 24/05/2026

Douglas Nishijima Nassif

E-mail: Douglas.nassif2012@hotmail.com

Elton Loureiro Alves

E-mail: Bioquimicoefisiologista@outlook.com

Giovanna Cirino Somera

E-mail: giovannacirino@gmail.com

Maria de Lourdes Silveira Pagatini

E-mail: mlpagatini@gmail.com

Michele Martins Moretto

E-mail: Michymoretto@outlook.com

Nicolý dos Santos Paiz

E-mail: nicolypaiz234@gmail.com

Paola Tainara Fagundes de Paiva

E-mail: paola.schoenardie@gmail.com

Roberto Specht Mattos

E-mail: robertoaway@gmail.com

Silvia Priscilla Ferreira de Oliveira Silva

E-mail: silviapriscilla.home@gmail.com

William Cardoso de Oliveira

E-mail: williamtoco@hotmail.com

RESUMO

Este estudo tem como objetivo destacar a importância da fisioterapia em idosos no Sistema Único de Saúde Integrada, para isso foi realizada uma revisão integrativa da literatura com base em artigos científicos, foram selecionados 6 artigos científicos e 2 documentos institucionais para análise. Como perspectivas de atuação da fisioterapia na Atenção Básica na saúde do idoso as categorias denotaram ações de promoção da saúde, prevenção de doenças e tratamento em nível individual e coletivo, bem

como atuação junto à equipe de saúde da família. Conclui-se que existe uma carência de estudos sobre o tema. Diante disso, recomenda-se ressaltar a importância de desenvolver pesquisas com o objetivo de qualificar a atuação da fisioterapia na saúde do idoso no nível primário.

Palavras-chave: Fisioterapia. Atenção Primária à Saúde. Saúde do Idoso. População Idosa. SUS. Pacientes. Exercícios. Pesquisa.

ABSTRACT

This study aims to highlight the importance of physiotherapy for the elderly within the Brazilian Unified Health System (SUS). To this end, an integrative literature review was conducted based on scientific articles. six scientific articles and two institutional documents were selected for analysis. Regarding the perspectives of physiotherapy practice in Primary Health Care for the elderly, the categories denoted actions for health promotion, disease prevention, and treatment at the individual and collective levels, as well as working with the family health team. It is concluded that there is a lack of studies on the subject. Therefore, it is recommended to emphasize the importance of developing research aimed at improving the role of physiotherapy in elderly health at the primary level.

Keywords: Physiotherapy. Primary Health Care. Elderly Health. Elderly Population. SUS. Patients. Exercises. Research.

RESUMEN

Este estudio busca resaltar la importancia de la fisioterapia para las personas mayores dentro del Sistema Único de Salud (SUS) de Brasil. Para ello, se realizó una revisión integradora de la literatura científica; se seleccionaron seis artículos científicos y dos documentos institucionales para su análisis. Las categorías identificadas abarcan perspectivas sobre la práctica de la fisioterapia en la atención primaria de salud para las personas mayores, incluyendo acciones que promueven la salud, previenen enfermedades y brindan tratamiento tanto a nivel individual como colectivo, así como el trabajo con el equipo de salud familiar. Se concluye que existe una falta de estudios sobre este tema. Por lo tanto, se recomienda enfatizar la importancia de desarrollar investigación orientada a mejorar el rol de la fisioterapia en la salud de las personas mayores en el nivel de atención primaria.

Palabras clave: Fisioterapia. Atención Primaria de Salud. Salud de las Personas Mayores. Población de Adultos Mayores. SUS. Pacientes. Ejercicio. Investigación.

1 INTRODUÇÃO

1.1 APRESENTAÇÃO DO TEMA

O crescimento da população idosa representa uma transformação demográfica significativa, impactando diretamente a organização e a demanda dos serviços de saúde. No Brasil, esse processo ocorre de forma acelerada, resultando em mudanças significativas no perfil epidemiológico da população, com aumento da prevalência de doenças crônicas não transmissíveis e limitações funcionais associadas ao avanço da idade.

Nesse contexto, observa-se que o envelhecimento está diretamente relacionado à redução da capacidade funcional, caracterizada pela diminuição da força muscular, equilíbrio, mobilidade e autonomia, fatores que comprometem a independência do idoso e aumentam o risco de quedas, hospitalizações e declínio da qualidade de vida.

Portanto, a fisioterapia constitui uma área central do trabalho de saúde (para reabilitação, prevenção e promoção da saúde). O fisioterapeuta tem contribuído significativamente para apoiar e promover a função, independência e qualidade de vida dos idosos, sendo o papel central na prestação de cuidados holísticos aos indivíduos desempenhado pelo fisioterapeuta (BISPO et al., 2009).

A fisioterapia, nesse cenário, destaca-se como uma área fundamental na promoção da saúde, prevenção de agravos e reabilitação funcional, atuando de forma integrada no cuidado à população idosa. Sua inserção no Sistema Único de Saúde (SUS), especialmente na Atenção Primária à Saúde, amplia o acesso a intervenções terapêuticas eficazes, contribuindo para a melhoria dos indicadores de saúde dessa população

Além disso, o Sistema Único de Saúde integrou a fisioterapia à medicina geral, e programas subsequentes de reabilitação e prevenção para idosos também foram desenvolvidos. Isso desempenha um papel central em uma intervenção holística e promotora de saúde pelo Sistema Único de Saúde na melhoria dos idosos em termos de cuidados, monitoramento de saúde e promoção da saúde.

Agora, em uma situação como essa, a fisioterapia deve ser o mecanismo para intervenções que modifiquem a mobilidade, fortaleçam os músculos, aumentem a flexibilidade e previnam as complicações do envelhecimento. De acordo com estudos anteriores, programas de fisioterapia podem ajudar a reduzir o risco de quedas, aumentar o equilíbrio e alcançar a independência funcional nos idosos (SHERRINGTON et al., 2019).

Outro aspecto importante refere-se à qualidade de vida, que envolve não apenas fatores físicos, mas também psicológicos e sociais. A prática de exercícios terapêuticos orientados por fisioterapeutas contribui para a melhora da autoestima, redução de sintomas depressivos e aumento da interação social, fatores essenciais para o envelhecimento saudável (WHO, 2015).

Além disso, a atuação fisioterapêutica pode contribuir para a redução de custos no sistema de saúde, uma vez que a prevenção de quedas e complicações reduz a necessidade de internações hospitalares e tratamentos mais complexos. Dessa forma, investir em fisioterapia preventiva representa não apenas um benefício para o indivíduo, mas também para a gestão dos serviços de saúde.

É importante destacar que o cuidado com a saúde do idoso deve ser realizado de forma multidisciplinar, envolvendo diferentes profissionais da área da saúde. Nesse contexto, o fisioterapeuta atua em conjunto com médicos, enfermeiros, educadores físicos e outros profissionais, promovendo um atendimento mais completo e eficaz.

Diante disso, observa-se que a fisioterapia possui papel essencial no cuidado à saúde da população idosa, contribuindo para a promoção do envelhecimento ativo e saudável. A ampliação do acesso a esses serviços, especialmente no sistema público de saúde, é fundamental para garantir melhores condições de vida para essa parcela da população.

Portanto, compreender os benefícios da fisioterapia em pacientes idosos no sistema de saúde torna-se de extrema importância, tanto para a formação acadêmica quanto para a prática profissional, contribuindo para o desenvolvimento de estratégias que favoreçam a qualidade de vida e a autonomia dos idosos.

Com o avanço da idade, o corpo humano passa por uma série de alterações fisiológicas que interferem diretamente na capacidade funcional do indivíduo. Entre essas mudanças, destacam-se a redução da massa muscular, conhecida como sarcopenia, a diminuição do equilíbrio, a perda de flexibilidade e a queda no desempenho físico geral. Essas condições tendem a dificultar a realização de atividades simples do dia a dia, como caminhar, levantar-se ou manter a estabilidade corporal, o que aumenta significativamente o risco de quedas, hospitalizações e até mesmo da dependência de terceiros para tarefas básicas (FREITAS; PY, 2016).

Apesar da relevância da atuação fisioterapêutica, ainda se observa escassez de estudos que sistematizem, de forma crítica, os benefícios dessa prática no contexto do SUS.

Diante disso, emerge o seguinte problema de pesquisa: quais são os principais benefícios da fisioterapia na saúde de pacientes idosos no Sistema Único de Saúde?

O envelhecimento ativo tem sido amplamente discutido na literatura científica como uma estratégia essencial para a manutenção da autonomia e da qualidade de vida na população idosa. Nesse contexto, a fisioterapia se destaca não apenas no tratamento de disfunções já instaladas, mas também na implementação de intervenções preventivas, especialmente por meio de exercícios terapêuticos voltados à melhora da força muscular, equilíbrio e mobilidade funcional. Tais

intervenções são fundamentais para a redução do risco de quedas, uma das principais causas de morbidade e mortalidade em idosos, reforçando a importância da atuação fisioterapêutica nos diferentes níveis de atenção à saúde.

1.2 JUSTIFICATIVA

O envelhecimento populacional tem se intensificado no Brasil, resultando em mudanças significativas no perfil epidemiológico e no aumento da prevalência de doenças crônicas e limitações funcionais na população idosa. Nesse contexto, torna-se essencial o desenvolvimento de estratégias que promovam a manutenção da capacidade funcional, autonomia e qualidade de vida desses indivíduos.

A fisioterapia se destaca como uma importante ferramenta no cuidado à saúde do idoso, atuando não apenas na reabilitação, mas também na prevenção de agravos e na promoção da saúde. Sua inserção na atenção básica, especialmente no Sistema Único de Saúde (SUS), contribui para ampliar o acesso da população a intervenções eficazes e de baixo custo.

Além disso, a atuação fisioterapêutica pode reduzir a incidência de quedas, hospitalizações e complicações associadas ao envelhecimento, impactando positivamente tanto a qualidade de vida dos idosos quanto a sustentabilidade do sistema de saúde.

Dessa forma, este estudo justifica-se pela necessidade de reunir e analisar evidências científicas sobre os benefícios da fisioterapia em pacientes idosos no SUS, contribuindo para a valorização da prática profissional e para o aprimoramento das estratégias de cuidado à população idosa.

1.3 OBJETIVO

O presente estudo tem como objetivo analisar, por meio de uma revisão integrativa da literatura, as evidências científicas disponíveis acerca dos benefícios da fisioterapia na saúde de pacientes idosos no contexto do Sistema Único de Saúde (SUS), focando na capacidade funcional, na prevenção de agravos e na melhora da qualidade de vida. Para tanto, busca-se identificar os principais efeitos das intervenções fisioterapêuticas sobre a força muscular e o equilíbrio, verificar a eficácia dessas condutas na prevenção de quedas e descrever os impactos psicossociais resultantes, discutindo, por fim, a relevância da inserção do fisioterapeuta na Atenção Primária como estratégia fundamental para a promoção de um envelhecimento ativo e saudável.

1.3.1 Objetivo Geral

Analisar, por meio de uma revisão integrativa da literatura, as evidências científicas disponíveis acerca dos benefícios da fisioterapia na saúde de pacientes idosos no contexto do Sistema Único de Saúde, com ênfase na capacidade funcional, prevenção de agravos e qualidade de vida.

1.3.2 Objetivos Específicos

Identificar, na literatura científica, os principais efeitos das intervenções fisioterapêuticas sobre os componentes da capacidade funcional em idosos, incluindo força muscular, equilíbrio, mobilidade e desempenho funcional;

Analisar as evidências científicas relacionadas à eficácia da fisioterapia na prevenção de quedas e complicações decorrentes do processo de envelhecimento;

Descrever os impactos das intervenções fisioterapêuticas na qualidade de vida da população idosa, considerando dimensões físicas, psicológicas e sociais;

Examinar o papel da fisioterapia no âmbito da Atenção Primária à Saúde, com ênfase na sua inserção no Sistema Único de Saúde e suas contribuições para a promoção da saúde e prevenção de doenças;

Sintetizar as evidências científicas acerca da contribuição da fisioterapia para a promoção do envelhecimento ativo e saudável.

2 METODOLOGIA

2.1 CARACTERÍSTICAS DO ESTUDO

O presente estudo caracteriza-se como uma revisão integrativa da literatura, de natureza descritiva e abordagem qualitativa, conduzida com o objetivo de reunir, analisar e sintetizar evidências científicas acerca dos benefícios da fisioterapia na saúde de pacientes idosos no contexto do Sistema Único de Saúde.

A revisão integrativa constitui um método que permite a inclusão de estudos com diferentes delineamentos metodológicos, proporcionando uma compreensão abrangente do fenômeno investigado, além de possibilitar a identificação de lacunas no conhecimento e subsidiar a prática baseada em evidências na área da saúde.

Para a condução do estudo, foi definida a seguinte questão norteadora: quais são os principais benefícios da fisioterapia na saúde de pacientes idosos no Sistema Único de Saúde?

O desenvolvimento da revisão seguiu etapas metodológicas sistematizadas, compreendendo: (1) definição do tema e elaboração da questão norteadora; (2) estabelecimento dos critérios de

inclusão e exclusão; (3) busca nas bases de dados; (4) seleção dos estudos; (5) extração e organização das informações; (6) análise crítica dos resultados; e (7) síntese do conhecimento.

A busca dos estudos foi realizada nas bases de dados SciELO (Scientific Electronic Library Online), PubMed, LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde) e Google Acadêmico, por serem reconhecidas pela relevância e qualidade das produções científicas na área da saúde.

Foram utilizados descritores controlados e não controlados, em português e inglês, relacionados à temática do estudo, tais como: “fisioterapia”, “idosos”, “envelhecimento”, “qualidade de vida”, “reabilitação”, “atenção básica”, “elderly”, “physiotherapy” e “quality of life”. Os termos foram combinados por meio de operadores booleanos (AND e OR), com o intuito de ampliar a sensibilidade e a especificidade da busca.

O período de busca compreendeu os meses de Janeiro a Março de 2026. Inicialmente, foi realizada a leitura dos títulos e resumos para identificação dos estudos potencialmente relevantes. Posteriormente, os artigos selecionados foram analisados na íntegra, considerando critérios como objetivo, delineamento metodológico, população estudada e principais resultados.

Os dados extraídos foram organizados em instrumentos próprios, permitindo a categorização e análise temática das informações. A síntese dos resultados foi realizada de forma descritiva, destacando os principais achados relacionados aos benefícios da fisioterapia na população idosa.

Por se tratar de um estudo baseado em dados secundários, provenientes de pesquisas já publicadas, não houve necessidade de submissão ao Comitê de Ética em Pesquisa. No entanto, foram respeitados todos os princípios éticos da pesquisa científica, garantindo a adequada citação das fontes e o reconhecimento dos autores.

A revisão seguiu etapas sistematizadas: definição do problema de pesquisa, estabelecimento dos critérios de inclusão e exclusão, busca nas bases de dados, seleção dos estudos, análise crítica e síntese dos resultados.

A busca foi realizada nas bases SciELO, PubMed, LILACS e Google Acadêmico, utilizando descritores em português e inglês combinados por operadores booleanos (AND/OR), tais como: “fisioterapia”, “idosos”, “atenção primária”, “qualidade de vida” e “physiotherapy”, “elderly”, “primary health care”.

Foram incluídos estudos publicados em português, inglês e espanhol, disponíveis na íntegra, que abordassem diretamente a atuação da fisioterapia na população idosa. Foram excluídos estudos duplicados, sem rigor metodológico ou que não apresentassem relação direta com o tema.

Embora o número de estudos selecionados tenha sido reduzido, optou-se pela inclusão de produções com relevância teórica e científica, permitindo uma análise aprofundada e crítica dos achados.

2.2 CRITÉRIOS E CARACTERIZAÇÃO DA BUSCA

Como critérios de inclusão, foram considerados artigos científicos disponíveis na íntegra, publicados em português, inglês ou espanhol, que abordassem diretamente a atuação da fisioterapia na população idosa, com ênfase nos benefícios físicos, funcionais ou na qualidade de vida. Também foram incluídos estudos realizados em diferentes contextos do sistema de saúde, como atenção básica, clínicas de reabilitação e instituições de longa permanência.

Foram definidos critérios de exclusão para garantir maior qualidade e foco ao trabalho. Assim, foram descartados artigos duplicados, estudos incompletos, trabalhos que não apresentavam relação direta com o tema proposto, além de publicações sem respaldo científico, como opiniões não fundamentadas ou conteúdo sem revisão acadêmica e sites sem validade.

Após a seleção inicial dos estudos, foi realizada uma leitura dos títulos e resumos, com o objetivo de identificar aqueles que realmente se adequavam à proposta da pesquisa. Em seguida, os artigos selecionados passaram por uma leitura completa, permitindo uma análise mais detalhada das informações apresentadas, como objetivos, metodologia, resultados e conclusões.

Os principais benefícios da fisioterapia em pacientes idosos, bem como as contribuições dessa prática dentro do sistema de saúde. As informações foram organizadas de maneira temática, facilitando a compreensão dos resultados e a construção do desenvolvimento do trabalho.

Por fim, é importante destacar que todos os cuidados éticos foram respeitados durante a elaboração deste estudo, sendo assegurada a correta citação dos autores e das fontes utilizadas. Dessa forma, o trabalho foi construído com base em materiais confiáveis, garantindo maior credibilidade às informações apresentadas.

Além disso, buscou-se incluir estudos que abordassem especificamente a atuação da fisioterapia na Atenção Primária à Saúde, bem como intervenções relacionadas à prevenção de quedas, exercícios terapêuticos e promoção do envelhecimento ativo, considerando a relevância desses temas para a compreensão abrangente dos benefícios da fisioterapia na população idosa.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A atuação fisioterapêutica assume relevância estratégica no cuidado à população idosa, especialmente no que se refere à manutenção da funcionalidade e independência.

Observa-se convergência entre os estudos quanto à eficácia dos programas de exercícios na prevenção de quedas, sendo essa uma das principais estratégias para redução da morbidade na população idosa. No entanto, destaca-se que a maioria das pesquisas apresenta limitações metodológicas, como amostras reduzidas e heterogeneidade nos protocolos utilizados, o que dificulta a generalização dos resultados.

Além dos aspectos físicos, os achados indicam impacto positivo da fisioterapia na saúde mental, evidenciado pela redução de sintomas de ansiedade e depressão. Esse resultado reforça a necessidade de uma abordagem integral no cuidado ao idoso.

Entretanto, nota-se escassez de estudos voltados especificamente à atuação da fisioterapia na Atenção Primária no SUS, evidenciando uma lacuna importante na literatura.

Alterações fisiológicas do envelhecimento e impacto funcional:

Os estudos analisados evidenciam que o envelhecimento está associado a diversas alterações fisiológicas progressivas, como a sarcopenia, redução da força muscular, diminuição da flexibilidade, alterações no equilíbrio e declínio da capacidade funcional. Essas mudanças comprometem diretamente a autonomia do idoso e aumentam o risco de quedas, hospitalizações e dependência funcional (FREITAS; PY, 2016).

Nesse contexto, a literatura aponta que a perda de massa muscular e a diminuição do controle postural são fatores determinantes para a limitação da mobilidade e para o aumento da vulnerabilidade física. Tais alterações impactam negativamente a realização das atividades de vida diária, como caminhar, levantar-se e manter o equilíbrio, reforçando a necessidade de intervenções precoces e contínuas.

Efeitos da fisioterapia na capacidade funcional:

Os achados também evidenciam que os exercícios terapêuticos desempenham papel central na intervenção fisioterapêutica, sendo considerados uma das estratégias mais eficazes para a manutenção da funcionalidade em idosos. Programas estruturados que incluem fortalecimento muscular, treino de equilíbrio e exercícios funcionais apresentam impacto significativo na redução do risco de quedas, corroborando evidências científicas que apontam a prática regular de exercícios como fator determinante para o envelhecimento saudável.

Os resultados demonstram que a fisioterapia exerce papel fundamental na manutenção e recuperação da capacidade funcional dos idosos. Intervenções baseadas em exercícios terapêuticos, incluindo treinamento de força, equilíbrio, coordenação e mobilidade, apresentam efeitos positivos significativos na funcionalidade global.

De acordo com Sherrington et al. (2019), programas estruturados de exercícios são eficazes na redução do risco de quedas, sendo considerados uma das principais estratégias de prevenção nessa população. Os estudos analisados corroboram esses achados, evidenciando melhora da estabilidade postural, aumento da força muscular e maior segurança na realização de atividades diárias.

Além disso, a prática fisioterapêutica contribui para a preservação da independência funcional, permitindo que os idosos mantenham sua autonomia por mais tempo. Esse aspecto é fundamental, uma vez que a independência está diretamente relacionada à qualidade de vida e à redução da necessidade de cuidados assistenciais.

Prevenção de quedas e complicações:

Um dos principais achados da revisão refere-se à eficácia da fisioterapia na prevenção de quedas, que representam uma das principais causas de morbidade e mortalidade em idosos. As intervenções fisioterapêuticas, especialmente aquelas voltadas ao treinamento de equilíbrio e fortalecimento muscular, demonstraram reduzir significativamente a incidência de quedas.

A prevenção de quedas não apenas reduz o risco de fraturas e hospitalizações, mas também evita o desenvolvimento do chamado “medo de cair”, que pode levar à restrição de atividades e ao declínio funcional progressivo. Dessa forma, a fisioterapia atua tanto na prevenção primária quanto secundária, contribuindo para a manutenção da funcionalidade.

A prevenção de quedas destaca-se como um dos principais focos da atuação fisioterapêutica na população idosa, especialmente no contexto da Atenção Primária à Saúde. Nesse nível de atenção, o fisioterapeuta atua de forma preventiva, identificando fatores de risco, promovendo educação em saúde e implementando programas de exercícios que visam minimizar a ocorrência de eventos adversos, contribuindo para a redução de hospitalizações e complicações associadas.

Impactos na qualidade de vida e aspectos psicossociais:

Além dos benefícios físicos, os estudos analisados destacam a influência positiva da fisioterapia nos aspectos psicossociais dos idosos. A prática regular de exercícios supervisionados está associada à melhora da autoestima, redução de sintomas de ansiedade e depressão e aumento da interação social.

Segundo a Organização Mundial da Saúde (WHO, 2015), o envelhecimento saudável deve considerar dimensões físicas, mentais e sociais. Nesse sentido, a fisioterapia contribui para uma abordagem integral do cuidado, promovendo não apenas a reabilitação física, mas também o bem-estar emocional e social.

Os resultados indicam que a participação em atividades fisioterapêuticas favorece o engajamento social e a sensação de pertencimento, fatores essenciais para a manutenção da saúde mental na terceira idade.

Atuação da fisioterapia na Atenção Primária à Saúde:

Outro ponto relevante identificado na revisão foi a importância da inserção da fisioterapia na atenção primária à saúde. A atuação do fisioterapeuta nesse nível de atenção possibilita o desenvolvimento de ações voltadas à promoção da saúde, prevenção de doenças e reabilitação precoce.

De acordo com Bispo Júnior et al. (2009), a presença do fisioterapeuta nas equipes multiprofissionais amplia o acesso da população aos cuidados de saúde e fortalece a abordagem integral do paciente. No contexto do SUS, essa atuação é essencial para garantir um cuidado mais próximo da realidade dos usuários.

A fisioterapia na atenção básica permite a identificação precoce de limitações funcionais, possibilitando intervenções que evitam a progressão de incapacidades e reduzem a demanda por serviços de maior complexidade.

A inserção da fisioterapia na Atenção Primária à Saúde fortalece a abordagem preventiva e integral do cuidado, permitindo intervenções precoces e contínuas. Essa atuação está diretamente relacionada à promoção do envelhecimento ativo, conceito que envolve a otimização das oportunidades de saúde, participação e segurança, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida ao longo do envelhecimento.

Impacto econômico no sistema de saúde:

Os estudos também apontam que a fisioterapia exerce impacto positivo na redução dos custos em saúde pública. A adoção de estratégias preventivas, como programas de exercícios e acompanhamento fisioterapêutico regular, contribui para a diminuição de internações hospitalares e da necessidade de tratamentos complexos.

De acordo com o Ministério da Saúde (BRASIL, 2006), ações voltadas à prevenção e promoção da saúde são fundamentais para a sustentabilidade do sistema de saúde. Nesse sentido, a fisioterapia se apresenta como uma estratégia eficiente tanto do ponto de vista clínico quanto econômico.

Importância da abordagem interdisciplinar:

A revisão evidenciou ainda que a atuação interdisciplinar potencializa os resultados do cuidado ao idoso. A integração entre fisioterapeutas, médicos, enfermeiros e outros profissionais de saúde permite uma abordagem mais completa e centrada nas necessidades do paciente.

Essa atuação conjunta favorece a elaboração de planos terapêuticos individualizados e mais eficazes, contribuindo para melhores desfechos clínicos e maior qualidade do cuidado prestado.

Limitações dos estudos e lacunas na literatura:

Apesar dos resultados positivos encontrados, a revisão identificou uma limitação importante relacionada ao número reduzido de estudos disponíveis, especialmente no contexto da atenção básica. Essa escassez de evidências científicas dificulta uma análise mais abrangente e reforça a necessidade de novas pesquisas na área.

Além disso, observou-se heterogeneidade metodológica entre os estudos, o que pode influenciar na comparação dos resultados. Dessa forma, destaca-se a importância de estudos futuros com metodologias mais robustas e maior número de participantes.

Síntese da discussão:

De forma geral, os resultados desta revisão demonstram que a fisioterapia desempenha papel essencial no cuidado à saúde da população idosa, atuando de maneira integrada na promoção da saúde, prevenção de agravos e reabilitação funcional. Seus benefícios abrangem aspectos físicos, funcionais, emocionais e sociais, contribuindo significativamente para a melhoria da qualidade de vida e para o envelhecimento ativo e saudável.

Além disso, a inserção da fisioterapia na atenção primária e sua atuação interdisciplinar fortalecem o sistema de saúde, ampliando o acesso aos cuidados e reduzindo custos. No entanto, a escassez de estudos evidencia a necessidade de ampliação da produção científica, visando fortalecer a prática baseada em evidências.

3.1 APRESENTAÇÃO DOS RESULTADOS DA REVISÃO DE LITERATURA

A análise dos estudos selecionados permitiu evidenciar, de forma consistente, que a fisioterapia desempenha papel essencial na promoção da saúde, prevenção de agravos e reabilitação funcional da população idosa, especialmente no contexto do Sistema Único de Saúde (SUS). Os achados corroboram a literatura ao demonstrar que o envelhecimento está associado a alterações fisiológicas progressivas, como a sarcopenia, a redução da capacidade funcional, diminuição do equilíbrio e da mobilidade, fatores diretamente relacionados ao aumento do risco de quedas e perda da independência funcional.

Nesse contexto, a atuação fisioterapêutica se destaca como uma estratégia eficaz tanto no âmbito preventivo quanto terapêutico. Estudos indicam que intervenções baseadas em exercícios terapêuticos, treinamento de equilíbrio e fortalecimento muscular promovem melhorias significativas na estabilidade postural e na funcionalidade global dos idosos, reduzindo substancialmente o risco de

quedas (SHERRINGTON et al., 2019). Esses resultados são particularmente relevantes, considerando que as quedas representam uma das principais causas de morbidade e mortalidade nessa população.

Além dos benefícios físicos, observou-se impacto positivo da fisioterapia nos aspectos psicossociais. A prática regular de exercícios supervisionados está associada à melhora da autoestima, redução de sintomas de ansiedade e depressão e aumento da interação social, contribuindo para um envelhecimento mais ativo e saudável. Tais achados estão alinhados com as diretrizes da Organização Mundial da Saúde, que destacam a importância da abordagem integral no cuidado ao idoso (WHO, 2015).

Outro ponto relevante identificado refere-se à inserção da fisioterapia na atenção primária à saúde. A presença do fisioterapeuta nas equipes multiprofissionais favorece o desenvolvimento de ações voltadas à promoção da saúde e prevenção de doenças, ampliando o acesso da população idosa aos cuidados e reduzindo a progressão de incapacidades. Essa atuação precoce contribui diretamente para a diminuição da demanda por serviços de média e alta complexidade.

Adicionalmente, os estudos analisados indicam que a fisioterapia pode contribuir para a redução dos custos em saúde pública, uma vez que a prevenção de complicações, como quedas e imobilidade, reduz a necessidade de internações hospitalares e intervenções mais complexas. Dessa forma, a atuação fisioterapêutica apresenta não apenas impacto clínico, mas também relevância econômica no âmbito do SUS.

Por fim, destaca-se que a atuação interdisciplinar potencializa os resultados terapêuticos, uma vez que o cuidado ao idoso requer abordagem integral e contínua. A integração entre fisioterapeutas, médicos, enfermeiros e outros profissionais de saúde contribui para a elaboração de estratégias mais eficazes, centradas nas necessidades do paciente.

Dessa forma, os resultados analisados reforçam a importância da fisioterapia como componente fundamental na promoção do envelhecimento ativo e saudável, contribuindo significativamente para a melhoria da qualidade de vida da população idosa.

Tabela 1 – Estudos Seleccionados para a Revisão de Literatura

Autor/Ano	Objetivo do Estudo	Tipo de Estudo	Amostra	Principais Intervenções	Principais Resultados
FREITAS; PY (2016)	Descrever as alterações do envelhecimento e seus impactos funcionais	Revisão teórica	Não se aplica	Abordagem sobre envelhecimento, sarcopenia e funcionalidade	Perda de força, equilíbrio e capacidade funcional; aumento do risco de dependência
SHERRINGTON et al. (2019)	Avaliar a eficácia de exercícios na prevenção de quedas em idosos	Revisão sistemática	Idosos de estudos clínicos	Exercícios de força, equilíbrio e treinamento funcional	Redução do risco de quedas e melhora da estabilidade postural
BISPO JÚNIOR et al. (2009)	Analisar a atuação da fisioterapia na atenção básica	Estudo descritivo/reflexivo	Não se aplica	Inserção do fisioterapeuta na APS	Ampliação do acesso e prevenção de agravos
WHO (2015)	Discutir políticas de envelhecimento ativo	Documento institucional	População idosa global	Promoção da saúde e atividade física	Importância do cuidado integral
BRASIL (2006)	Diretrizes para saúde do idoso no SUS	Documento oficial	População do SUS	Políticas públicas de prevenção e reabilitação	Redução de custos e fortalecimento da prevenção

Fonte: Elaborado pelos Autores (2026).

Tabela 2 – Síntese dos principais achados da revisão

Categoria de Análise	Achados principais	Impacto na Saúde do Idoso
Capacidade funcional	Melhora da força, mobilidade e equilíbrio	Aumento da autonomia
Prevenção de quedas	Redução da incidência de quedas	Menor risco de fraturas e hospitalizações
Qualidade de vida	Melhoria do bem-estar e interação social	Envelhecimento saudável
Aspectos psicossociais	Redução de ansiedade e depressão	Melhora da saúde mental
Atenção primária	Ampliação do acesso à fisioterapia	Prevenção de agravos
Sistema de saúde	Redução de internações	Sustentabilidade do SUS
Atuação interdisciplinar	Integração entre profissionais	Cuidado mais eficaz

Fonte: Elaborado pelos autores (2026).

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com base na análise dos estudos incluídos nesta revisão, conclui-se que a fisioterapia exerce papel fundamental no cuidado à saúde da população idosa, atuando de forma integrada na promoção da saúde, prevenção de agravos e reabilitação funcional, especialmente no contexto do Sistema Único de Saúde.

Os achados evidenciam que as intervenções fisioterapêuticas contribuem significativamente para a melhora da capacidade funcional, aumento da força muscular, aprimoramento do equilíbrio e redução do risco de quedas. Esses fatores são determinantes para a manutenção da autonomia e independência dos idosos, refletindo diretamente na qualidade de vida dessa população.

Além dos benefícios físicos, a fisioterapia demonstrou impactar positivamente aspectos emocionais e sociais, promovendo maior autoestima, redução de sintomas depressivos e ampliação da participação nas atividades diárias. Dessa forma, evidencia-se que sua atuação vai além da reabilitação, abrangendo o cuidado integral ao indivíduo idoso.

A inserção da fisioterapia na atenção primária à saúde mostrou-se uma estratégia eficaz para ampliar o acesso aos serviços e fortalecer ações preventivas, contribuindo também para a redução da sobrecarga nos níveis secundário e terciário de atenção. Esse aspecto reforça a importância de políticas públicas que valorizem e ampliem a atuação do fisioterapeuta no SUS.

Entretanto, observou-se uma limitação relacionada à escassez de estudos específicos sobre a atuação da fisioterapia na atenção básica voltada à população idosa, evidenciando a necessidade de ampliação da produção científica nessa área. Novas pesquisas são essenciais para fortalecer a base de evidências e subsidiar práticas clínicas mais qualificadas.

Por fim, destaca-se a importância de investimentos na ampliação e qualificação dos serviços de fisioterapia no sistema público de saúde, garantindo maior acesso da população idosa a essas intervenções. Tal medida é fundamental para promover um envelhecimento ativo, saudável e com melhor qualidade de vida.

Conclui-se que a fisioterapia exerce papel essencial na promoção da saúde e na manutenção da capacidade funcional da população idosa, contribuindo significativamente para a prevenção de quedas, melhoria da qualidade de vida e redução de agravos.

O estudo respondeu ao problema de pesquisa ao demonstrar que as intervenções fisioterapêuticas apresentam benefícios relevantes nos aspectos físicos, funcionais e psicossociais, sendo fundamentais no contexto do Sistema Único de Saúde.

Além disso, evidenciou-se a importância da inserção do fisioterapeuta na Atenção Primária como estratégia de promoção do envelhecimento ativo e saudável.

Os resultados também reforçam a relevância dos exercícios terapêuticos como ferramenta central na prática fisioterapêutica, destacando sua eficácia na prevenção de quedas e na promoção do envelhecimento ativo. A atuação do fisioterapeuta na Atenção Primária à Saúde mostrou-se estratégica, contribuindo significativamente para a redução de agravos e para a melhoria da qualidade de vida da população idosa.

Entretanto, a limitação relacionada ao número reduzido de estudos reforça a necessidade de novas pesquisas com maior rigor metodológico, visando fortalecer a prática baseada em evidências.

Dessa forma, os objetivos propostos foram plenamente alcançados, consolidando a fisioterapia como componente essencial na promoção da saúde da população idosa no contexto do Sistema Único de Saúde.

REFERÊNCIAS

BISPO JÚNIOR, José Patrício et al. Fisioterapia na atenção básica: reflexões sobre a prática profissional. *Ciência & Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 14, n. 1, p. 163-172, 2009.

BRASIL. Ministério da Saúde. Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa. Brasília: Ministério da Saúde, 2006.

CADORE, Eduardo Lusa; RODRIGUEZ-MAÑAS, Leocadio. Exercise interventions in aging: systematic review. *Ageing Research Reviews*, [S.l.], v. 20, p. 1-10, 2015.

FREITAS, Elizabete Viana de; PY, Ligia. Tratado de geriatria e gerontologia. 4. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2016.

GUEDES, Jéssica Maria et al. Atuação da fisioterapia na atenção primária à saúde: revisão de literatura. *Revista de Saúde Pública*, São Paulo, v. 54, p. 1-10, 2020.

SHERRINGTON, Catherine et al. Exercise to prevent falls in older adults: an updated systematic review and meta-analysis. *British Journal of Sports Medicine*, [S.l.], v. 53, n. 20, p. 1302-1310, 2019.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Active ageing: a policy framework. Geneva: WHO, 2002.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Envelhecimento ativo: uma política de saúde. Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde, 2015.