

Influência da orientação e intervenção cinesioterapêutica na prevenção de quedas e na qualidade de vida de idosa: relato de caso

Autora

Thathiana Mascherpe Vieira

Orientação

Júlia Raquel Negri

Para ler o TCC na íntegra, [clique aqui](#)

Resumo

A população idosa vem crescendo de maneira significativa, sendo que até 2050 o número atual de idosos no Brasil irá triplicar. As alterações decorrentes do envelhecimento surgem como fatores que predispõem esses indivíduos às quedas, que por sua vez, tem como consequências a imobilização, aumento da dependência funcional e tempo de internação prolongado. Diante do exposto, a fisioterapia por meio das visitas domiciliares permite atuar na promoção e prevenção de quedas, avaliando também os fatores intrínsecos e extrínsecos para oferecer a melhora da qualidade de vida (QV) de maneira individualizada. Este estudo tem como objetivo verificar a influência da orientação e intervenção cinesioterapêutica para a prevenção de quedas em pessoa idosa, visando à melhora de sua QV. A amostra foi composta por uma voluntária de 80 anos, que foi submetida a 8 semanas de intervenção cinesioterapêutica na própria residência, totalizando 22 sessões, 3 vezes por semana. Os materiais e métodos incluem a avaliação que abordou a anamnese, dados clínicos da voluntária, aplicação de testes e questionários relacionados à ocorrência de quedas (TimedUpand Go e Romberg), QV (SF-36) condição cognitiva (Mini Exame do Estado Mental) e dependência funcional (BOMFAQ), além de testes físicos para avaliar o equilíbrio (Escala de Equilíbrio de Berg) e a percepção em relação ao medo de cair (FES-I). A intervenção foi dividida em dois protocolos, que constavam de aquecimento, exercícios de equilíbrio, exercícios de fortalecimento muscular, exercícios de reabilitação vestibular e alongamentos. Os resultados apontam melhora na força muscular dos membros inferiores, assim como do equilíbrio de acordo com a EEB e o TUG, além da capacidade funcional pelo BOMFAQ e na QV. Conclui-se que a visita domiciliar atua de forma complementar a intervenção cinesioterapêutica, através da observação *in loco*, direcionando o tratamento para minimizar as quedas em benefício da QV e percepção do autocuidado, além da melhora nos aspectos físicos proporcionando maior independência na realização das atividades.

Palavras-chave:

Visita domiciliar. Cinesioterapia. Quedas. Qualidade de vida. Envelhecimento.