



ATUAÇÃO FISIOTERAPÊUTICA NA PREVENÇÃO E PROMOÇÃO À SAÚDE EM GRUPO DE IDOSOS: RELATO DE EXPERIÊNCIA DE PRÁTICAS EXTENSIONISTAS

Amanda Fonseca Santana¹; Denilson Souza de Oliveira²; Daisy Oliveira Costa³

¹Graduanda no Bacharelado em Fisioterapia da Faculdade Maria Milza (FAMAM), afonsecasantana@hotmail.com; ²Graduando no Bacharelado em Fisioterapia da Faculdade Maria Milza (FAMAM), denilsonoliveira.fisio@hotmail.com; ³Mestra em Ciências da Saúde (UNIFESP), FAMAM, oliveira_daisy@hotmail.com;

Com o aumento da expectativa de vida da população, tornam-se predominantes as doenças crônico-degenerativas e suas complicações, como a perda da autonomia e independência funcional, sendo um desafio para a sociedade e o sistema de saúde. A fisioterapia na atenção básica apresenta atuação ampliada, partindo da estratégia de educação em saúde, e do exercício terapêutico com o treinamento sistemático e planejado de movimentos corporais, correções posturais ou atividades físicas, com a intenção de proporcionar ao indivíduo, uma melhora na capacidade funcional e qualidade de vida. O objetivo deste trabalho é descrever a atuação fisioterapêutica na prevenção e promoção à saúde de um grupo de idosos. Trata-se de um relato de experiência das atividades de prevenção e promoção à saúde desenvolvidas no Projeto de Extensão “Fisioterapia em movimento” do curso de Fisioterapia da Faculdade Maria Milza, realizado em uma Unidade Básica de Saúde (UBS) da Cidade de Governador Mangabeira-BA. A princípio foram realizadas discussões sobre temas relevantes para a população participante (idosos de ambos sexos), seguindo com práticas de educação em saúde que possibilitasse uma compreensão mais efetiva do assunto e então começavam as atividades corporais. Iniciava-se com alongamentos globais para aumento da flexibilidade e da amplitude de movimento; exercícios isotônicos e isométricos para ganho de força e para melhorar a coordenação motora; treino de marcha (com obstáculos); treino de mobilidade; treino de equilíbrio e exercícios em dupla. Foram utilizados alguns acessórios de baixo custo e fácil acesso para melhor execução dos exercícios (bolas de diferentes tamanhos, bexigas, cadeiras, garrafas pet, cabo de vassoura e fitas adesivas) e também no intuito dos idosos realizarem as atividades em casa. Durante as práticas foi necessária criatividade dos alunos para elaboração da proposta terapêutica, visto que não havia materiais suficientes na UBS e o espaço era restrito. A literatura aborda que os projetos de extensão buscam oferecer aos estudantes campo para experimentação, compreensão, participação e exercício de ações, possibilitando desta forma o desenvolvimento das habilidades e competências requeridas para atuação na área. Nesse contexto, observa-se que a metodologia utilizada abarcou os objetivos estabelecidos no projeto, contribuindo na melhoria das condições de saúde dos participantes de acordo com seus relatos e no próprio desempenho das atividades. Logo, faz-se necessário a continuidade de práticas extensionistas para a compreensão das intervenções do fisioterapeuta no contexto da educação/promoção/prevenção em saúde em grupos de idosos assistidos pela atenção básica de saúde.

Palavras-chave: Fisioterapia. Saúde do idoso. Atenção básica.