

## Contribuições da fisioterapia para a humanização do espaço hospitalar e melhoria da qualidade de vida com foco na pessoa idosa: uma revisão de literatura

Vanessa Oliveira Ribeiro da Silva Porto <sup>1</sup>

### INTRODUÇÃO

De acordo com a Política Nacional de Humanização (PNH), fixada pelo Ministério da Saúde, o termo humanização especifica a união de atos que valorizem tanto os usuários como dos trabalhadores do ramo da saúde.

Assim, não basta chamar o paciente pelo nome, e sim oferecer os melhores recursos terapêuticos para o tratamento da enfermidade em questão, juntamente com a escuta qualificada, dando atenção aos anseios do paciente e de seus familiares.

O fisioterapeuta pode desempenhar um papel importante na humanização do espaço hospitalar para a pessoa idosa. Através de uma assistência humanizada e personalizada, o fisioterapeuta ajuda a garantir o equilíbrio físico e emocional do paciente idoso. (OLIVEIRA, 2014).

O objetivo do presente trabalho é analisar o fato de que o envelhecimento da população é um fenômeno global que traz consigo uma série de desafios para o sistema de saúde.

A hospitalização de idosos é uma questão complexa, pois envolve não apenas o tratamento de doenças, mas também a promoção do bem-estar físico e emocional do paciente.

Nesse contexto, o papel do fisioterapeuta na humanização do espaço hospitalar torna-se de suma importância. A fisioterapia na saúde da pessoa idosa visa minimizar o comprometimento imposto pela instalação de incapacidades e prevenir agravos, mantendo ou melhorando a sua capacidade motora.

O profissional que atua com a saúde do idoso deve se preparar para lidar com o processo de envelhecimento e a subjetividade da pessoa idosa. Isso inclui romper a fragmentação do processo de trabalho e promover a interação multiprofissional. (NAVARRO, 2013)

O fisioterapeuta pode trabalhar em conjunto com outros profissionais de saúde para garantir que o paciente idoso receba um atendimento diferenciado e personalizado.

---

<sup>1</sup> Graduanda do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário Maurício de Nassau (UNINASSAU Campus Graças) - PE, vanessa.oliveira.rs@hotmail.com;

## **METODOLOGIA**

O presente estudo trata-se de pesquisa feita por revisão bibliográfica realizada através de consulta em meio eletrônico de artigos publicados nos bancos de dados online Scielo, entre outros, do período de 2012 a 2020.

Também se utilizou livros relacionados ao conceito de humanização da fisioterapia no âmbito hospitalar e ao papel do fisioterapeuta nesse ambiente, além de materiais relativos à saúde da pessoa idosa.

## **REFERENCIAL TEÓRICO**

A humanização do espaço hospitalar é um dos desafios da PNH, pois se trata de um ambiente complexo, marcado por situações de sofrimento, dor, angústia e medo, tanto para os pacientes quanto para os familiares e até mesmo para os profissionais. (NAVARRO, 2013)

Nesse contexto, a fisioterapia pode desempenhar um papel importante, oferecendo uma assistência qualificada, personalizada e humanizada para os pacientes, especialmente para os idosos, que são mais vulneráveis e susceptíveis a complicações durante a internação hospitalar.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

A fisioterapia desempenha um papel crucial na promoção de uma estadia hospitalar segura, harmoniosa e acolhedora para os pacientes idosos.

Como parte de uma equipe multiprofissional hospitalar, o fisioterapeuta contribui de várias maneiras. Como será melhor explicado a seguir.

Os fisioterapeutas são especialistas em mobilidade e equilíbrio.

Eles podem avaliar o risco de queda de um paciente idoso e implementar as melhores estratégias para minimizar esse risco. Isso pode incluir desde exercícios de fortalecimento e equilíbrio, bem como educação sobre segurança no ambiente hospitalar.

Além disso, a fisioterapia ajuda na manutenção da independência do paciente, através de intervenções de fisioterapêuticas, como exercícios de fortalecimento e treinamento de mobilidade, os fisioterapeutas podem ajudar os pacientes idosos a manter ou recuperar sua independência. Isso pode melhorar significativamente a qualidade de sua estadia hospitalar.

Um outro ponto a ser mencionado é o de que muitos pacientes idosos experimentam dor antes da internação, e a depender do caso, esse quadro pode piorar depois da internação.

Ocorre que essa dor pode tentar ser aliviada através de algumas modalidades de fisioterapia, como terapia manual, calor ou frio, eletroterapia e exercícios terapêuticos adequados à situação do paciente.

Por exemplo, para o caso de um paciente que está totalmente restrito ao leito o fisioterapeuta deve ter uma abordagem ativa, elaborando um protocolo de exercícios que serão executados de forma passiva pelo paciente. No entanto, no auxílio ao paciente, o fisioterapeuta pode explicar o que será feito e deve executar tudo de forma gentil e delicada.

Já para um paciente que possui alguma mobilidade, o fisioterapeuta terá outras possibilidades de tratamento pelo fato de que o paciente pode conseguir se movimentar com pouco ou nenhum auxílio. Nesse caso, o internado pode ser levado para passear no hospital ou em algum espaço que pode ser especialmente criado para os pacientes saírem um pouco do ambiente de internação, como uma sala diferenciada ou um jardim, por exemplo.

A fisioterapia não apenas ajuda a melhorar a saúde física, mas também pode ter um impacto positivo no bem-estar emocional do paciente. O exercício regular pode melhorar o humor e reduzir a ansiedade e a depressão que a internação pode causar. (SILVA, 2020)

Além disso, a atividade física regular pode otimizar a circulação sanguínea, essencial para a recuperação do paciente. Ela pode potencializar o sistema imunológico, auxiliando o organismo a combater infecções e doenças, pode auxiliar na redução da pressão arterial, o que vem a ser extremamente benéfico para pacientes com hipertensão, também pode melhorar a sensibilidade à insulina, no controle dos níveis de açúcar no sangue. (POMPEU, 2019).

Outros importantes benefícios da atividade física são relativos aos hormônios liberados durante a prática de exercícios, os principais são a endorfina, serotonina e adrenalina.

A endorfina é um hormônio que é liberado durante a atividade física e promove uma sensação de bem-estar e recompensa. Além disso, a endorfina tem um efeito analgésico, aliviando dores e ansiedade.

A serotonina, conhecida como o hormônio da felicidade, é liberada durante a atividade física e está relacionada à estabilidade emocional. Ela ajuda a regular o humor, melhora a memória e proporciona uma sensação de bem-estar.

Por fim, a adrenalina, também conhecida como epinefrina, é produzida durante a atividade física e atua na resposta rápida em situações de estresse.

Portanto, a atividade física também é uma parte muito importante do tratamento e recuperação de pacientes internados, e a liberação desses hormônios durante a atividade física contribui para o bem-estar físico e emocional do paciente. (POMPEU, 2019)

Vale ressaltar ainda o fato de que como parte de uma equipe multiprofissional, os fisioterapeutas comunicam-se regularmente com outros profissionais de saúde sobre o progresso do paciente. Eles defendem as necessidades do paciente e desempenham um papel importante no cuidado durante sua internação, alinhando sua conduta clínica com os outros profissionais da equipe, pensando sempre na melhor recuperação do paciente.

Através de várias maneiras de exercícios terapêuticos e outras intervenções, o fisioterapeuta pode ajudar a melhorar a qualidade de vida do paciente idoso durante sua estadia no hospital, para que esta seja leve e amigável. (SILVA, 2020)

Isso inclui ajudar o paciente a manter ou recuperar sua capacidade funcional e independência em realizar atividades da vida diária. Dessa forma, o paciente sente menos os efeitos da internação e pode se tornar mais colaborativo com o tratamento.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A humanização da assistência fisioterapêutica no âmbito hospitalar para a pessoa idosa é uma prática essencial que valoriza tanto os pacientes quanto os profissionais de saúde.

Isso decorre do fato de que o paciente muitas vezes está com a saúde muito debilitada e precisa de confiança e apoio de todos os profissionais de saúde.

No que se refere ao fisioterapeuta, este desempenha um papel crucial na promoção da saúde e bem-estar do paciente idoso, ao proporcionar uma assistência humanizada e personalizada. Em assim sendo, é interessante que o profissional tenha cuidado, carinho e atenção com o paciente, se possível lhe explique como o procedimento será executado e entenda as possíveis dúvidas e inseguranças que o paciente possa apresentar. (SILVA, 2020)

A Política Nacional de Humanização (PNH) destaca a relevância das condições de trabalho para os profissionais de saúde. Ela busca transformar as relações de trabalho, promovendo maior comunicação e contato entre as pessoas e grupos, com o objetivo de superar o isolamento e as relações de poder hierarquizadas. Por esse motivo, destaca-se a importância da participação e colaboração entre os profissionais, para que o ambiente de trabalho seja agradável para todos e que todos possam ser valorizados. (NAVARRO, 2013)

A PNH defende a inclusão dos trabalhadores na gestão, permitindo que eles reinventem seus processos de trabalho e sejam agentes ativos das mudanças no serviço de saúde. Isso é fundamental para a produção de novos modos de cuidar e novas formas de organizar o trabalho.

Além disso, a PNH oferece programas como o Programa de Formação em Saúde e Trabalho e a Comunidade Ampliada de Pesquisa. Esses programas possibilitam o diálogo, a intervenção e a análise do que gera sofrimento e adoecimento, do que fortalece o grupo de trabalhadores e do que propicia os acordos de como agir no serviço de saúde. (OLIVEIRA, 2014).

Portanto, a PNH reconhece a importância das condições de trabalho para os profissionais de saúde e busca promover um ambiente de trabalho que seja colaborativo, inclusivo e propício para a prestação de cuidados de saúde de alta qualidade.

Com isso, fica muito mais fácil elaborar uma abordagem centrada nas necessidades e características do paciente que é uma pessoa idosa. Assim, o fisioterapeuta pode ajudar a melhorar a qualidade de vida desse paciente durante sua estadia no hospital, promovendo sua independência e capacidade funcional.

Além disso, o paciente e seus familiares se sentem mais respeitados porque passam a entender o que está sendo executado e como isso é benéfico ao plano de tratamento da pessoa

hospitalizada. Dessa forma, a família ajuda o paciente e este passa a ser mais colaborativo ao ter seus anseios respeitados e por ter a segurança de um fisioterapeuta que o respeita e o ajuda.

Em resumo, os fisioterapeutas desempenham um papel vital na promoção de uma estadia hospitalar segura, harmoniosa e acolhedora para os pacientes idosos.

Eles contribuem com suas habilidades e conhecimentos especializados para minimizar os riscos, promover a independência, aliviar a dor, melhorar o bem-estar emocional e defender as necessidades do paciente.

**Palavras-chave:** Fisioterapia; Humanização; Saúde da pessoa idosa.

## **AGRADECIMENTOS**

A Deus, primeiramente, fonte de toda vida e sabedoria.

Aos meus pais e, em especial, a minha mãe Valéria, pelo apoio, incentivo e encorajamento que foram uma constante fonte de força e me inspiraram a completar este projeto. Obrigada por estar sempre ao meu lado.

Ao meu filho Martim, que me incentiva com seu olhar, suas palavras e seu sorriso, e por quem todos os esforços valem a pena.

Ao meu marido Marlos, por seu apoio contínuo durante a realização deste trabalho.

A minhas amigas e amigos, bem como àqueles que torceram e torcem por mim.

Agradeço, por fim, aos que cruzaram meu caminho e com quem aprendi lições que me fizeram ser quem sou hoje.

## REFERÊNCIAS

MOREIRA, Márcia Adriana Dias Meirelles; et al. Políticas públicas de humanização: revisão integrativa da literatura. Acesso em 15 jun 2023. Disponível em: <[scielo.br/j/csc/a/fJvqxsD4Lwy7L38Sy797qvw/?format=pdf](http://scielo.br/j/csc/a/fJvqxsD4Lwy7L38Sy797qvw/?format=pdf)>

NAVARRO, Luisa Milano; PENA, Ricardo Sparapan. A Política Nacional de Humanização como estratégia de produção coletiva das práticas em saúde. Rev. Psicol. UNESP, Assis, v. 12, n. 1, p. 64-73, jun. 2013. Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1984-90442013000100007&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1984-90442013000100007&lng=pt&nrm=iso)>. acessos em 10 nov. 2023.

OLIVEIRA, Tatiana Conceição Pereira, Souza SB. As atribuições e benefícios da fisioterapia no contexto hospitalar e sua contribuição para humanização da assistência. Disponível em: <<http://bit.ly/2e4y64m>>. Acesso em 20 nov. 2023.

PEREIRA, Paula Bertoluci Alves; Sundfeld, Ana Cristina; "Reflexões Sobre a Política Nacional de Humanização e Os Desafios de Sua Implantação Num Centro de Saúde", p. 56. In: Anais do Congresso Internacional de Humanidades & Humanização em Saúde [= Blucher Medical Proceedings, vol.1, num.2]. São Paulo: Blucher, 2014. Disponível em: < [Reflexões Sobre a Política Nacional de Humanização e Os Desafios de Sua Implantação Num Centro de Saúde - Blucher Proceedings](#)> Acesso em: 15 Out. 2023.

POMPEU, José Eduardo; BACHA, Jéssica Maria Ribeiro; VIVEIRO, Larissa Alamina Pereira de. Fisioterapia na saúde do idoso: fundamentos para a prática clínica. Edição Kindle. São Paulo: Manole, 2019.

SILVA, Débora Cristina Lima da. Fisioterapia na saúde do idoso. Indaial: UNIASSELVI, 2020.