

ATUAÇÃO DA FISIOTERAPIA EM UMA INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA PARA IDOSOS - UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Rafaella Alves da Silva¹, Yane Gentile Faria Menegat², João Paulo de Sá Rodriguez³, Vanessa da Nobrega Dias⁴

1- Universidade Potiguar – raphinha@hotmail.com

2- Universidade Potiguar – yanegentile@hotmail.com

3- Universidade Potiguar – jp_tjs@hotmail.com

4- Universidade Potiguar – vanessanobrega.de@hotmail.com

RESUMO

INTRODUÇÃO: O cuidado com o idoso carece de um indivíduo ou de uma estrutura familiar, necessitando de uma demanda de tempo e força de vontade. Uma das alternativas de cuidados não-familiares existentes corresponde às Instituições de Longa Permanência para Idosos. **OBJETIVO:** Relatar a experiência vivenciada por estagiários do curso Fisioterapia em uma ILPI's. **METODOLOGIA:** Trata-se de um relato de experiência, vivenciado por estagiários do curso Fisioterapia da cidade de Natal - RN, acerca das ações realizadas durante as práticas do componente curricular “Estágio em Fisioterapia Geriátrica”, em uma IILPI's. As atividades foram desenvolvidas por dez estudantes do curso de Fisioterapia, acompanhados por dois preceptores, no período de agosto a setembro de 2016. Os atendimentos eram realizados em grupo e individualmente, bem como com os pacientes restritos ao leito. Foram realizadas avaliações baseadas na Avaliação Geriátrica Ampla. As condutas propostas visavam estimular de forma dinâmica, atividades físicas, que pudessem promover o aumento e/ou manutenção da amplitude de movimento das articulações, melhora da força, massa muscular, flexibilidade, preservação da massa óssea, melhora do equilíbrio e marcha, da cognição, menor dependência para realização de atividades diárias e significativa melhora da qualidade de vida, além de oferecer momentos de lazer e socialização entre as internas. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** Foi observado que a grande maioria das idosas não conseguiram responder satisfatoriamente os questionários da ficha de avaliação, e as que conseguiram deram respostas desconexas, devido a um déficit cognitivo ou quadros demenciais. A maior proporção das

idosas foram consideradas dependentes para a realização de atividades básicas e instrumentais de vida diária devido ao comprometimento da capacidade funcional. Contudo, uma parcela ainda apresentava capacidade para a realização dessas. Foi notório a boa recepção das intervenções por parte das idosas, que demonstraram contentamento ao realizarem as atividades, principalmente quando associadas a música e a dança. **CONCLUSÃO:** A partir da experiência vivenciada, pode-se observar que há uma carência de atividades cotidianas, que possam ser realizadas dinamicamente, promovendo um momento prazeroso e que ao mesmo tempo trabalhe a funcionalidade dos idosos que vivem em uma ILPI.

Palavras-chave: Idosos; Instituição; Capacidade Funcional.

1 INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional se reflete como um dos maiores desafios para a saúde pública, ocorrendo em um contexto de grandes mudanças sociais, culturais, econômicas, institucionais e na configuração dos arranjos familiares (CAMARANO; KANSO, 2010). Para um futuro próximo, estima-se que a população idosa brasileira poderá alcançar 34 milhões de pessoas até meados de 2025, o que representa, aproximadamente, 13% da população (PESTANA; SANTO, 2008).

O corpo passa por diversas alterações fisiológicas com o processo de envelhecimento, podendo afetar a capacidade funcional e atividades de vida. O cuidado com o idoso carece de um indivíduo ou de uma estrutura familiar, necessitando de uma demanda de tempo e força de vontade, (SILVA et. al., 2015). Seguindo esse contexto, uma das alternativas de cuidados não-familiares existentes corresponde às Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPI's), que surgem a fim de preencher esse espaço e irão assumir esta responsabilidade, ofertando cuidado e suporte às necessidades básicas, e oferecendo uma melhor qualidade de vida (ROCHA; SOUZA; ROZENDO, 2013).

A atuação da fisioterapia em pacientes geriátricos institucionalizados busca promover uma maior independência do idoso para as tarefas básicas de vida diária, visando minimizar as consequências das alterações fisiológicas e patológicas do envelhecimento, bem como garantir uma melhoria da mobilidade e favorecer uma qualidade de vida o mais satisfatória possível (ELY et. al., 2009).

Diante do exposto, o presente trabalho tem como objetivo relatar a experiência vivenciada por estagiários do décimo período do curso Fisioterapia da Universidade Potiguar - UnP, da cidade de Natal - Rio Grande do Norte, através das práticas do componente curricular “Estágio em Fisioterapia Geriátrica”, em uma ILPI's. As visitas na instituição tiveram como meta conhecer a realidade e o cotidiano dos internos no local, assim como apreciar a história de vida e saúde através de conversas, anamnese, exame físico, além de promover o lazer e a socialização entres eles, sempre que possível em grupo e variadas, contribuindo para melhoria do bem-estar e da autoestima.

2 METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência, vivenciado por estagiários do décimo período do curso Fisioterapia da Universidade Potiguar - UnP, da cidade de Natal - Rio Grande do Norte, acerca das ações realizadas durante as práticas do componente curricular “Estágio em Fisioterapia Geriátrica”, em uma Instituição de Longa Permanência para Idosos (ILPI's).

A Instituição tem 33 anos de existência, foi criada em 1982 a fim de abrigar idosas carentes que não têm parentes ou foram abandonadas pelos familiares. O abrigo é uma instituição filantrópica e atualmente abriga 45 mulheres idosas e possui 35 funcionários.

As atividades foram desenvolvidas por dez estudantes do curso de Fisioterapia, acompanhados por dois preceptores, no período de agosto a setembro de 2016, nas terças-feiras, durante o período matutino. Os atendimentos eram realizados em grupo e individualmente, com os pacientes restritos ao leito. Inicialmente os alunos foram apresentados ao local, bem como a equipe que presta os cuidados e as idosas residentes, após isso, as avaliações foram realizadas. Nas idosas que se encontravam aptas para realização das atividades em grupo, foi aplicada o Protocolo Baseado na Avaliação Geriátrica Ampla (AGA) - Universidade Potiguar - UnP, na qual contém identificação, anamnese, Escala Visual Analógica (EVA), rastreamento de episódios de tonturas e quedas, Escala de Atividades Básicas de Vida Diária de KATZ, 1970, Escala de Atividades Instrumentais de Vida Diária de Lawton, Timed Up and Go Test (TUG), Teste de Alcance Funcional Anterior, Escala de Tinetti (POMA - B), Mini- Exame do Estado Mental (MEEM), Teste de Fluência Verbal de animais, Teste do Relógio e Escala de Depressão Geriátrica, sempre acompanhado pela aferição dos sinais vitais iniciais e finais. Para a grande parte das idosas o Protocolo não foi aplicado satisfatoriamente, devido as mesmas apresentarem déficit cognitivo graves. Já nas idosas restritas ao leito, por apresentarem distúrbios psiquiátricos graves e não se

locomoverem, foi realizada uma avaliação, contendo: sinais vitais, exame físico (inspeção e palpação), avaliação cardiorrespiratória, coordenação e equilíbrio estático, estes últimos não foram realizados em todas as idosas, devido ao quadro de imobilidade e as extensões de contraturas. Após conhecer as principais necessidades das idosas, foi elaborado um plano de tratamento, com objetivos e condutas que pudessem suprir tais carências.

As condutas propostas a serem desenvolvidas visavam estimular de forma dinâmica, atividades físicas, que pudessem promover o aumento e/ou manutenção da amplitude de movimento das articulações, melhora da força, massa muscular, flexibilidade, preservação da massa óssea, melhora do equilíbrio e marcha, da cognição, menor dependência para realização de atividades diárias e significativa melhora da qualidade de vida, além de oferecer momentos de lazer e socialização entre as internas.

As atividades em grupo contemplaram: a aferição dos sinais vitais, seguido de alongamento muscular ativo-assistido dos principais grupos musculares da cervical e membros superiores, exercícios ativo-assistidos para os movimentos de flexo-extensão e abdução da glenoumeral, treino de coordenação e equilíbrio estático com bola plástica sendo arremessada, tentando desestabilizar a paciente e objetivando que a mesma segure e arremesse a bola de volta, treino de sentar e levantar da cadeira de forma ativa-assistida, sempre com o uso de música para uma melhor realização dos exercícios, banho de sol com aquelas que apresentava-se em boas condições para a realizar tal prática, finalizando com momento de socialização e diversão entre as idosas, utilizando música e dança para efetividade das atividades. Em seguida, foi realizado o atendimento individualizado das pacientes restritas ao leito, de acordo com a conduta proposta por cada aluno para a sua paciente avaliada.

No último encontro, foi elaborado uma atividade recreativa, no qual foi executado uma dinâmica com bexigas cheias, e com auxílio da músicas onde as idosas eram incentivadas a passar um objeto de uma para outra, e quando a música parasse, quem estivesse segurando o objeto, escolheria uma bexiga para “estourar”, e dentro de cada uma continha um papel que indicava uma surpresa que a mesma havia ganhado, como: “você ganhou um abraço”, “você ganhou um cheiro”, “você ganhou uma dança”, “você ganhou um brinde”, e tais brindes se restringiam a colares de missangas e óculos de brinquedo. Foi utilizado também, chocalhos confeccionados para aquelas que não conseguiam levantar-se para dançar. Neste último momento, procurou-se juntar as idosas

restritas ao leito junto com o grande grupo, para que elas pudessem participar do encerramento e ter um momento de lazer e integração com as demais.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados foram obtidos mediante análise das intervenções realizadas na Instituição no período de agosto a setembro de 2016. A intervenção foi realizada com 40 idosas, de faixa etária entre 69 a 96 anos, sendo 15 delas restritas ao leito.

Foi observado que a grande maioria das idosas não conseguiram responder satisfatoriamente os questionários da ficha de avaliação, e as que conseguiram deram respostas desconexas, devido a um déficit cognitivo ou quadros demenciais. A maior proporção das idosas foram consideradas dependentes para a realização de atividades básicas e instrumentais de vida diária devido ao comprometimento da capacidade funcional. Contudo, uma parcela ainda apresentava capacidade para a realização dessas, porém, foi possível perceber uma grande dependência por parte das idosas, devido à restrição para a realização de algumas atividades básicas, que seriam possivelmente realizadas por elas, sendo apenas necessário uma supervisão ou uma pequena ajuda.

A manutenção da capacidade funcional dos idosos é um dos fatores que contribuem para uma melhor qualidade de vida dessa população. Com isso, a prática de atividades físicas é um importante meio para se alcançar esse objetivo, devendo ser estimulada ao longo da vida, especificamente nessa faixa etária, de modo que possa proporcionar uma série de benefícios específicos à saúde biopsicossocial do idoso (MACIEL, 2010).

São amplas as possibilidades de participação do fisioterapeuta na saúde dessas idosas, seja na prevenção de doenças, na promoção de saúde ou na clássica reabilitação, e as atividades práticas realizadas além de proporcionar essas, puderam de algum modo, levar um momento de interação entre os membros da Instituição, através dos diálogos e dinâmicas ofertadas para a melhoria do bem-estar e da autoestima das internas. Além disso, foi notório a boa recepção das intervenções por parte das idosas, que demonstraram contentamento ao realizarem as atividades, principalmente quando associadas a música e a dança, onde puderam socializar e interagir com os alunos e as demais internas, e apresentaram melhora do estado emocional, bem como também do estado cognitivo e funcional, através da realização dos exercícios.

4 CONCLUSÃO

A partir da experiência vivenciada, pode-se observar que há uma carência de atividades cotidianas, que possam ser realizadas dinamicamente, promovendo um momento prazeroso e que ao mesmo tempo trabalhe a funcionalidade dos idosos que vivem em uma Instituição de Longa Permanência.

5 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

CAMARANO, A. A; KANSO, S. As instituições de longa permanência para idosos no Brasil. **Revista Brasileira de Estudo de População**, Rio de Janeiro, v. 27, n. 1, p. 233-235 jan./jun. 2010.

ELY, J. C. et. al. Atuação fisioterápica na capacidade funcional do idoso institucionalizado. **Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano**, Passo Fundo, v. 6, n. 2, p. 293-297, maio/ago. 2009.

MACIEL, M. G. Atividade física e funcionalidade do idoso. **Artigo de Revisão**. Motriz, Rio Claro, v.16, n.4, p.1024-1032, out./dez. 2010.

PESTANA, L. C; SAANTO, F. H. E. As engrenagens da saúde na terceira idade: um estudo com idosos asilados. **Revista Escola Enfermagem USP**. 2008 [cited 2013 Oct 03]; v. 42, n.2, p. 268-275.

ROCHA, L. S; SOUZA, L. M. S; ROZENDO, C. A. Necessidades humanas básicas e dependência de cuidados de enfermagem de idosos institucionalizados. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, v. 15, n. 3, p. 722-730, jul/set 2013.

SILVA, D. S. et.al. INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA PARA IDOSOS: RELATOS E REFLEXÕES. **Revista Eletrônica Gestão & Saúde**, v. 06, n. 02, p. 1679-88, 2015.