

ATUAÇÃO FISIOTERAPÊUTICA COM IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS COMO FONTE DE APRENDIZADO: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Gabriela Soares de Medeiros (1); Eloir Rayne Protásio da Costa (2); Fátima Tatyane Alves do Nascimento (3); Joselúcia da Nobrega Dias (4); Vanessa da Nobrega Dias (5)

(1) Universidade Potiguar; E-mail: medgabi2@gmail.com;

(2) Universidade Potiguar; E-mail: eloirrayane@hotmail.com;

(3) Universidade Potiguar; E-mail: tatyanenascimento@gmail.com;

(4) Universidade Federal do Rio Grande do Norte;; Email: josynobrega14@gmail.com;

(5) Universidade Potiguar; E-mail: vanessanobrega.d@hotmail.com

Resumo: Introdução: A demanda de idosos institucionalizados cresce e apresenta diversas necessidades sociais, de saúde e independência nas atividades diárias, daí a importância de se preservar ou recuperar a capacidade funcional dessa população. Objetivo: Relatar a experiência dos alunos do 9º e 10º períodos do curso de Fisioterapia de uma Instituição de Ensino Superior da cidade de Natal – RN. Método: Trata-se de um estudo descritivo, com abordagem qualitativa, do tipo relato de experiência, com 45 idosas, sendo todas mulheres. Em uma Instituição filantrópica com 33 anos de existência, criada em 1982 a fim de abrigar idosas carentes que não tem parentes ou foram abandonadas pelos familiares. Resultados: Após a intervenção, foi possível verificar melhora em relação as atividades funcionais, alguns benefícios da TAA como melhora da interação social e superação das limitações por causa dos animais, promovendo bem-estar, facilidade de comunicação, diminuição da ansiedade e melhora do humor. Conclusão: Os atendimentos em grupo realizados pela fisioterapia provocou uma socialização das idosas, reduzindo assim, quadros depressivos tão frequentes nesses indivíduos, além de melhorar marcha, força muscular, mobilidade, equilíbrio, reduzindo o risco de quedas e, funcionalidade. Este trabalho tornou o estudo mais eficaz e com uma visão diferenciada fazendo com que os acadêmicos desenvolvessem um olhar diferenciado no que diz respeito ao cuidado com os idosos institucionalizados.

Palavras-chave: Instituição de longa permanência de idosos; funcionalidade; fisioterapia.

INTRODUÇÃO

A institucionalização do idoso pode ser considerada uma modalidade de experiência denominada por Martins (2007) de “evento”, na qual ocorrem mudanças ou transformações na vida do idoso. Nesse contexto, surgiram as Instituições de Longa Permanência de Idosos (ILPI's) mantidas pelo governo, por associações religiosas e beneficentes, ou por familiares de familiares, como opção para atender às necessidades sociais da sociedade moderna (OLIVEIRA; NOVAES, 2013).

Segundo a lei n.º 10.741, as ILPI's têm um caráter assistencialista, nas quais se prestam cuidados básicos de saúde. Sendo assim, muitas vezes, são insuficientes para suprir as necessidades dos idosos. Para um atendimento de qualidade em uma ILPI, é necessária uma equipe multiprofissional com qualificações técnicas, científicas e psicológicas, que possa desenvolver um trabalho direcionado ao cuidado, satisfazendo suas necessidades (BRASIL, 2003). Porém, apesar da existência de leis e medidas práticas direcionadas ao idoso, como a Política Nacional do Idoso de 1994, a Política Nacional de Saúde do Idoso aprovada em 1999 e o Estatuto do Idoso de 2003, a implementação de políticas públicas em relação ao idoso institucionalizado ainda encontra-se distante.

A institucionalização é uma das situações estressantes e desencadeadoras de depressão, que levam o ancião a passar por transformações de todos os tipos. Esse isolamento social o leva à perda de identidade, de liberdade, de autoestima, ao estado de solidão e muitas vezes de recusa da própria vida, o que justifica a alta prevalência de doenças mentais nos asilos (FREITAS; SCHEICHER, 2010).

Já se sabe que uma maior estimulação, como treinamento cognitivo e engajamento ativo em atividades intelectuais estão associados com o menor risco de declínio cognitivo (HULTSCH; HERTZOG; SMALL; DIXON, 1999; SCHAIE, 2005). Os estudos mostram que exercícios semanais, tais como tarefas de resolver problemas e jogos de memória, aumentam o bem-estar psicológico daqueles que os praticam, bem como atividades físicas que as pessoas comumente associam com a melhora ou manutenção do bem-estar físico e redução do risco de doenças cardiovasculares podem também ajudar idosos a permanecerem cognitivamente saudáveis. Várias evidências sugerem que pessoas que se exercitam regularmente possuem menos chance de experienciar declínio cognitivo do que pessoas que não se engajam em programas de exercício ou que não se exercitam regularmente (BUTLER; FORETTE; GREENGROSS, 2004).

Nesse contexto, 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 melhora da mobilidade, do equilíbrio, diminuindo o risco de quedas, da cognição, funcionalidade e, conseqüentemente, da qualidade de vida (ELY et. al., 2009).

Sendo assim, o objetivo deste trabalho foi relatar a experiência dos alunos do 9º e 10º períodos do curso de Fisioterapia de uma Instituição de Ensino Superior da cidade de Natal – RN.

MÉTODO

Trata-se de um estudo descritivo, com abordagem qualitativa, do tipo relato de experiência.

O trabalho foi realizado numa ILPI, localizada no município de Natal, estado do Rio Grande do Norte, Brasil. Nela residem 45 idosas, sendo todas mulheres. A Instituição é filantrópica e tem 33 anos de existência, foi criada em 1982 a fim de abrigar idosas carentes que não tem parentes ou foram abandonadas pelos familiares

Tal vivência ocorreu de Agosto a Dezembro de 2017, a partir das aulas práticas dos alunos do 9º P do curso de Fisioterapia, tendo ocorrido em dois dias na semana, cada um com uma carga horária de 4 horas, totalizando 8h semanais.

Inicialmente, os acadêmicos foram recepcionados pela enfermeira-chefe do local, esta apresentou o local, a equipe de trabalho, ao mesmo tempo em que expunha as limitações de infraestrutura.

Após esse contato inicial, todas as idosas foram avaliadas quando aos dados sociodemográficos, clínico-funcionais e psicocognitivos, baseada na Avaliação Geriátrica Ampla. De acordo com o encontrado, foi elaborado um cronograma de atividades a serem desenvolvidas no decorrer do semestre, respeitando as limitações e necessidades das idosas.

Para a realização da intervenção, utilizou-se o espaço físico do auditório para a reunião. As condutas propostas tinha a finalidade de promover o aumento e/ou manutenção da amplitude de movimento; melhora da força e massa muscular; flexibilidade; preservação da massa óssea; melhora do equilíbrio; marcha; cognição; funcionalidade e, conseqüentemente, melhora da qualidade de vida, além de oferecer momentos de lazer e socialização entre as internas. Por este motivo, as atividades eram realizadas em grupo.

Em todos os atendimentos, os sinais vitais foram verificados antes e após as condutas, 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 e circuitos

utilizando cones, treino de sentar e levantar da cadeira de forma ativa-assistida. Também eram realizados treino cognitivo com uso de jogos de memória, massa de modelar, atividades de desenho e pintura, utilizando pequenos objetos como feijão, milho, para trabalhar motricidade fina, dança. A música sempre estava presente durante as atividades para proporcionar um momento relaxante e prazeroso para as pacientes. Também, havia momentos em que os alunos levavam as idosas para caminhadas, proporcionando banho de sol e conversa durante o percurso.

Também foram realizados circuitos, nos quais, buscou-se estimular lateralidade, raciocínio, coordenação, motricidade e orientação espacial. Ao final de cada atendimento, realizou-se o relaxamento.

A Terapia Assistida por Animais (TAA), aconteceu em dois dias, juntamente com o curso de Medicina Veterinária, onde os alunos levaram animais (cachorros) altamente treinados e as idosas realizaram atividades com o animal, como treino de marcha, equilíbrio e socialização e atividade recreativa.

Em um outro momento, houve uma capacitação com os cuidadores das idosas, no intuito de capacitá-los para os cuidados e a lidar com as limitações e necessidades das internas e, além disso, eles também foram orientados quanto aos exercícios que podem ser realizados para benefício próprio, visto que esses lidam diariamente uma sobrecarga física e emocional. Um material informativo foi confeccionado e disponibilizado para os funcionários.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foi possível verificar melhora em relação as atividades funcionais: levantar de uma cadeira, deitar-se e levantar-se da cama, caminhar em lugares planos e melhora da postura. Segundo Leal et al. (2009), o treinamento funcional é eficaz na funcionalidade, no equilíbrio e consequentemente na melhoria da qualidade de vida dos idosos.

As atividades lúdicas presentes em todos os atendimentos, proporcionaram melhora no humor, cogição e auto-estima da paciente, tendo em vista que a cada atendimento as idosas estavam mais empolgadas e com vontade de participar de todas as atividades.

De acordo com Fleurí et al (2013) a prática de atividades lúdicas é uma excelente estratégia para promover a mudança no estilo de vida de idosos, em particular os institucionalizados. Para os

autores, este tipo de estratégia de educação em saúde está intimamente associado com a diminuição do uso de serviços de saúde e de medicamentos.

É importante salientar que as atividades lúdicas também estão relacionadas intimamente com a viabilidade de permitir que haja momentos de bem-estar físico, mental e de interação interpessoal, podendo propiciar melhora significativa na qualidade de vida de idosos, além do fortalecimento da autonomia, autoestima e descontração (COSCRATO; PINA; MELLO, 2010; FLEURÍ et al, 2013; PINHEIRO; GOMES, 2014).

A cognição é explicada como o andamento mental do indivíduo, em que se engloba a compreensão, a memória, a tomada de decisões, o planejamento e produção de respostas apropriadas aos acontecimentos e estímulos internos (MANFIN; SCHMIDT, 2006). Lezaun (2006) expôs que as modificações ao nível dos recursos psicossociais e cognitivos podem estar relacionado com as relações de stress e bem-estar, alterando a forma e significado dos estímulos externos, modificando a sua natureza estressante consequentemente transformando as respostas emocionais, logo durante o processo de agravo da função cognitiva os indivíduos vão apresentar uma maior instabilidade emocional.

As dinâmicas realizadas utilizando a Terapia Assistida por Animais foram: levar o animal para passear, jogar bola para o animal buscar e trazer de volta, conduzir o animal entre obstáculos. Vale ressaltar que estas atividades, além de possuírem objetivos específicos voltados aos benefícios físicos e psicológicos, também se constituíram num meio para estimular a comunicação e socialização das participantes. Foi possível observar uma melhor interação das idosas, incluindo aquelas que nunca haviam feito contato visual. Uma parte pediu para que houvessem mais momentos com os animais.

Estudos desenvolvidos mostram que o simples contato com o animal já é suficiente para promover bem-estar. Alguns benefícios da TAA foram comprovados, como a diminuição da ansiedade e melhora do humor (COSTA, 2000). Além destes, Kawakami et al. (2001) descrevem outros proporcionadores da TAA como: controle de estresse, diminuição nos riscos de problemas cardíacos, alívio de dor, uso de medicamentos, tempo de internação e aumento nas células de defesa, deixando o paciente mais resistente a bactérias e ácaros, o que diminui a possibilidade de desenvolver alergias, problemas respiratórios, depressão e solidão, melhorando a interação social e superação das limitações por causa dos animais.

Devido aos distúrbios psiquiátricos, algumas idosas não se comunicavam com as demais internas, e mantinham-se bastante distantes.

Porém, na presença dos cães criava-se uma espécie de ponte com a realidade, na qual as idosas mantinham-se atentas ao animal, expressando sentimentos de alegria e interesse no toque dos animais, explicitando sua possibilidade de interação e a necessidade de atenção e carinho que os cães criavam durante a terapia.

Segundo DOTTI (2005), os benefícios da TAA para idosos é a socialização, da qual o animal é o facilitador, pois o contato é iniciado por algum assunto referente ao animal; a noção de responsabilidade que o animal incute no idoso, ou seja, ele passa a se cuidar melhor, para poder cuidar de seu animal, fator estimulante de seu cotidiano; e a saúde física, em todos os aspectos, além de manter a pessoa ativa e em movimento, em razão das necessidades que o animal tem de passear, uma vez que as caminhadas e os exercícios são ações preventivas para grande número de doenças.

Com relação a capacitação dos cuidadores, os resultados foram os melhores possíveis. Além das palestras, foi disponibilizado um material para todos, com orientações sobre postura no dia a dia, exercícios que podem ser feitos em casa para aliviar dores e fadiga excessiva, transferências e mudanças de posições adequadas para a lida com as institucionalizadas. As profissionais agradeceram o momento e pediram o retorno.

Bohm, Carlos (2010) afirmam que cuidar não é um ato e sim uma ação. E essa ação exige entendimento e compromisso, e acima de tudo, afetividade para com o próximo. Silveira; Caldas; Carneiro (2006) definem que existe uma ampla importância de se ter um cuidador com aptidão para suprir as necessidades do idoso.

A orientação ao cuidador pode minimizar os problemas enfrentados como também impulsionar comportamentos e atitudes positivas para uma melhora no quadro clínico do idoso que recebe a assistência.

CONCLUSÃO

O estágio dos alunos do curso de Fisioterapia em uma Instituição de Longa Permanência do Nordeste Brasileiro, cooperou para que os acadêmicos desenvolvessem um olhar diferenciado no que diz respeito ao cuidado com os idosos institucionalizados. Esta visão diferenciada fez com que o trabalho fosse mais efetivo não só na cura da doença, como também na prevenção da mesma. Os atendimentos em grupo realizados pela fisioterapia provocou uma socialização das idosas, reduzindo assim, quadros depressivos tão frequentes nesses indivíduos, além de

melhorar marcha, força muscular, mobilidade, equilíbrio, reduzindo o risco de quedas e, funcionalidade. Como benefício direto da TAA, foi possível perceber a melhora de humor das idosas, além da facilidade da comunicação e interação com o grupo, o que valorizou a experiência e trouxe benefícios às participantes e aos profissionais.

REFERÊNCIAS

BRASIL. **Ministério da Saúde**. Lei n.º 10.741, dispõe sobre o Estatuto do Idoso e dá outras providências. Brasília (DF), 01 out 2003.

BUTLER, R.N. et al. Maintaining cognitive health in an ageing society. **The Journal of The Royal Society for the Promotion of Health (JRSH)**, v. 124, n. 3, p. 119- 121, 2004.

COSCRATO, G. C. et al. Utilização de atividades lúdicas na educação em saúde: uma revisão integrativa da literatura. **Acta Paulista de Enfermagem**. São Paulo, v. 23, n. 2, p. 257-263, 2010.

COSTA, R. M. E. M. **Ambientes virtuais na reabilitação cognitiva de pacientes neurológicos e psiquiátricos**. Tese (D. Sc., Coppe Sistemas) - UFRJ, Rio de Janeiro, 30p., 2000.

DOTTI, J. História, origens e simbologia dos animais. In: **Terapia & animais: Atividade e Terapia Assistida por Animais – A/TAA Práticas para organizações, profissionais e voluntários**. PC Editorial, p. 24-30, 2005.

ELY, J. C. et al. Atuação fisioterápica na capacidade funcional do idoso institucionalizado. **RBCEH**, v. 6, n. 2, p. 293-297, 2009.

FLEURÍ, A. C. P. et al. Atividades lúdicas com idosos institucionalizados. **Enfermagem Revista**, v. 16, n. 1, p. 50-57, 2013.

FREITAS, M.A.V. de; SCHEICHER, M. E. Qualidade de vida de idosos institucionalizados. **Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.**, v. 13, n.3, p.395-401, 2010.

HULTSCH, D.F. et al, Use it or lose it: Engaged lifestyle as a buffer of cognitive decline in aging? **Psychology and Aging**, v. 14, 245-263, 1999.

KAWAKAMI, C.H. et al. Relato de experiência: terapia assistida por animais (TAA) - mais um recurso na comunicação entre paciente e enfermeiro. **8º Simpósio Brasileiro de Comunicação em Enfermagem**; São Paulo, Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto, v. 2, 2002.

LEZAUN, J. Y. Análisis de la calidad de vida relacionada con la salud en la vejez desde una perspectiva multidimensional (1ª ed.). Madride: **Instituto de Mayores y Servicios Sociales IMSERSO**, 2006.

MANFIN, A.; SCHMIDT, S. Diagnóstico diferencial das demências. **Tratado de Geriatria e Gerontologia**, Rio De Janeiro: Guanabara Koogan, 2ª ed., p. 242-252., 2006.

MARTINS, J. G. **Experiência e subjetividade em Claude Romano**. In: CANTISTA, M. J. (Org.). Desenvolvimento da fenomenologia na contemporaneidade. Porto: Campo das Letras, p. 167-214, 2007.

OLIVEIRA, D.L.C. et al, O desempenho de idosos institucionalizados com alterações cognitivas em atividades de vida diária e mobilidade: estudo piloto, São Carlos, **Revista brasileira fisioterapia**, v.10, n.1, p. 91-96, 2006.

OLIVEIRA, M.P.F.; NOVAES, M.R.C.G. Perfil socioeconômico, epidemiológico e farmacoterapêutico de idosos institucionalizados de Brasília, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v.18, n.4, p. 1069-1078, 2013.

PINHEIRO, S. B.; GOMES, M. L. Efeitos das atividades lúdicas no idoso com alteração do cognitivo leve. **Revista Pesquisa em Fisioterapia**, Salvador, v. 4, n. 1, p. 71-77, 2014.

SCARPELLINI, M. et. al. A importância do cuidador de idosos na assistência ao idoso, **Revista Contexto & Saúde**, Ijuí v. 10, n. 20, p. 85-92, 2011.

SCHAIK, K.W. Developmental influences on adult intelligence: The Seattle Longitudinal Study. Oxford, UK: **Oxford University Press**, 2005.