

Revisão

Análise da abordagem fisioterapêutica nas alterações senescentes e senis do sistema musculoesquelético

Analysis of the physical therapy approach in senescent and senile alterations of the musculoskeletal system

Heliney Jéssica Santos Sousa¹; Lívio Adriano Xavier Fontes²; Paulo César de Carvalho Rosa Oliveira³

^{1,3}Bacharel em Fisioterapia - FAESF

²Docente do curso de Fisioterapia da Faculdade de Florianó - FAESF

RESUMO

Introdução: O envelhecimento fisiológico compreende uma série de alterações nas funções orgânicas devido exclusivamente aos efeitos da idade avançada sobre o organismo. Já a senilidade ao contrário da senescência é o processo que compromete o idoso, ou seja, ele está mais vulnerável e, portanto, tende a ser mais dependente. **Objetivo:** Analisar as alterações musculoesqueléticas senis e senescentes no idoso e a abordagem fisioterapêutica nestes distúrbios. **Metodologia:** Revisou-se livros do acervo da biblioteca Naila Bucar, além dos bancos de dados eletrônicos Scielo, Bireme, Medline, Lilacs, e outros periódicos que apresentem extrema relevância, tendo restringido as fontes entre os anos 2000 até o presente ano. **Resultados:** Todos os autores pesquisados afirmam ter uma melhora significativa das alterações senescentes e das condições senis no idoso, como: equilíbrio, força muscular, flexibilidade, amplitude de movimento, mobilidade articular, funcionalidade, e entre outras. **Considerações finais:** O sistema musculoesquelético do idoso apresenta alterações senis e/ou senescentes significativas e as mesmas possuem uma abordagem positiva da Fisioterapia, propiciando uma melhor qualidade de vida para o idoso no processo de envelhecimento.

Palavra chave: Sistema musculoesquelético, Envelhecimento, Fisioterapia geriátrica.

ABSTRACT

Introduction: Physiological aging comprises a series of changes in organic functions due solely to the effects of advanced age on the body. Senility, in contrast to senescence, is the process that compromises the elderly, that is, they are more vulnerable and therefore try to be more dependent. **Objective:** To analyze senile and senescent musculoskeletal changes in the elderly and the physical therapy approach in these disorders. **Methodology:** It was revised the collection of the Naila Bucar library, as well as electronic databases Scielo, Bireme, Medline, Lilacs, and other extremely relevant journals. **Results:** All authors surveyed claim to have a significant improvement in senescent changes and senile conditions in the elderly, such as: balance, muscle strength, flexibility, range of motion, joint mobility, functionality, and others. **Final considerations:** The musculoskeletal system of the elderly presents significant senile and / or senescent alterations and they have a positive approach to Physical Therapy, providing a better quality of life for the elderly in the aging process. **Keywords:** Musculoskeletal System, Aging, Geriatric Physiotherapy.

Autor para correspondência: Lívio Adriano Xavier Fontes. E-mail: adrianolivio@yahoo.com.br

Artigo recebido em 04/05/19. Aceito em 06/05/19

Introdução

O envelhecimento fisiológico compreende uma série de alterações nas funções orgânicas devido exclusivamente aos efeitos da idade avançada sobre o organismo, fazendo com que o mesmo perca a capacidade de manter o equilíbrio homeostático e que todas as funções fisiológicas gradualmente comecem a declinar. (STRAUB, 2010).

Já a senilidade ao contrário da senescência é o processo que compromete o idoso, ou seja, ele está mais vulnerável e, portanto, tende a ser mais dependente. (SILVA, 2015). Portanto, a senilidade acomete os idosos, mas também pode estar presente em jovens e são caracterizadas pela perda de capacidade de memorização, déficit de atenção, discursos incoerentes, desorientação, perda da capacidade de controle do esfíncter anal e incontinência urinária. Com o tempo, o indivíduo senil tem sua vida limitada ao leito, esta doença também é conhecida como demência (ANDRÉA, 2010).

A fisioterapia, com o objetivo de promover a qualidade de vida do indivíduo em todos os ciclos da vida, mantendo a integridade do movimento por meio de cinesioterapia e recursos físicos, pode ser bem empregada na terceira idade. (AVEIRO, 2011).

Devido a importância do tema, o objetivo deste estudo por meio de revisão de literatura foi analisar as alterações musculoesqueléticas senis e senescentes no idoso e a abordagem fisioterapêutica nestes distúrbios

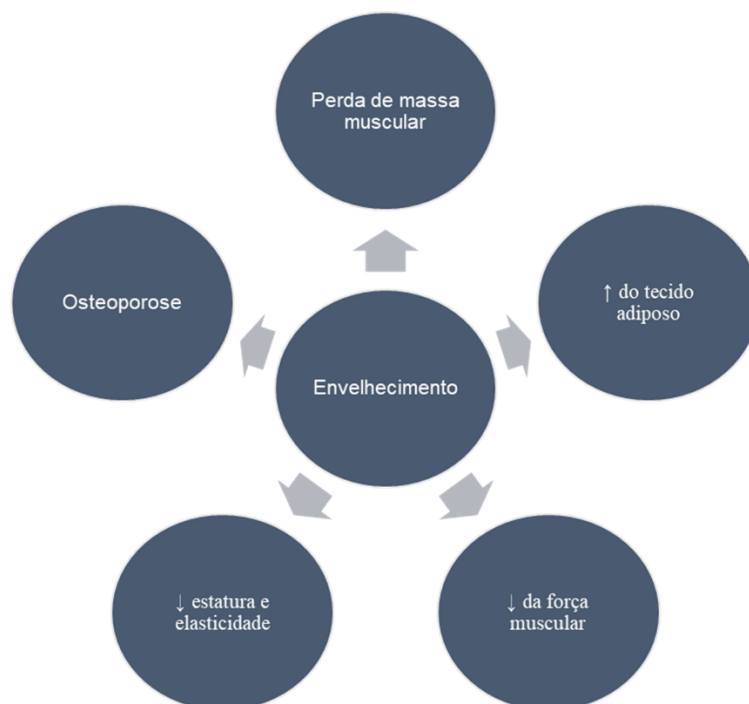
Metodologia

Estudo de natureza exploratório, descritivo, com análise qualitativa, sendo utilizados como fontes de pesquisa livros do acervo da biblioteca Naila Bucar, além dos bancos de dados eletrônicos Scielo, Bireme, Medline, Lilacs, e outros periódicos que apresentem extrema relevância, tendo restringido as fontes entre os anos 2000 até o presente ano. O período do estudo e coleta de dados foi de fevereiro a dezembro de 2017.

Resultados e discussão

Os resultados obtidos seguem o objetivo proposto neste trabalho. Serão dispostos em figura e tabela para melhor compreensão e em seguida será feita a discussão dos mesmos.

Figura 1. Principais alterações que ocorrem no sistema musculoesquelético do idoso durante o processo de envelhecimento.



Lacourt e Marini (2006) corroborando com Mantovani (s/d) e Cavalli (2011). A diminuição da força muscular em função da idade resulta, sobretudo, da redução significativa de massa muscular que acompanha o envelhecimento, ou da diminuição da atividade física, o que acaba por gerar uma grande perda na massa muscular e um aumento na gordura subcutânea e intramuscular.

Biasoli (2007) discordando de Delisa (2002), diz que a osteoporose é uma enfermidade crônica, multifatorial, relacionada à perda progressiva de massa óssea, geralmente de progressão assintomática até a ocorrência de fraturas. É um estado de insuficiência ou de falência óssea que surge com o envelhecimento, principalmente em mulheres a partir da sexta década.

Biasoli (2007) corroborando com Saldanha (2004), afirma que fisioterapia é uma intervenção não farmacológica que envolve várias técnicas de terapias físicas locais ou globais, promovendo a melhoria da amplitude do movimento (ADM), da força muscular, da mobilidade articular, das AVDs, além da melhora da auto-imagem e educação do paciente.

Guccione (2002) corroborando com De Conti (2011), diz que a intervenção da fisioterapia geriátrica melhora e mantém o estado funcional do paciente, havendo pouca discordância de que o objetivo final de todas as intervenções fisioterapêuticas no idoso seja para restaurar ou manter o nível mais alto do funcionamento possível para o indivíduo, especialmente a função relacionada ao movimento.

Tabela 1. Estudos selecionados sobre a abordagem da fisioterapia nas alterações senis e senescentes que apresentaram resultados eficazes.

Autor/ Ano	Tipo de estudo	Conclusão
BARBOZA (2014)	Ensaio clínico aleatório	Após aplicação de um programa de reabilitação fisioterápica associado à dança para testar sua efetividade no equilíbrio, flexibilidade e agilidade em idosos saudáveis, foi possível registrar que a associação da fisioterapia à dança foi efetiva, com significância estatística para os desfechos que incluíram equilíbrio, agilidade e flexibilidade.
DUARTE (2013)	Revisão bibliográfica	A fisioterapia é uma área da saúde imprescindível à atenção primária ao idoso. Tem por objetivo, preservar as funções motoras do idoso, visando adiar a instalação de possíveis incapacidades, próprias do processo de envelhecimento, e tratar as alterações e os sintomas já surgidos. É notória a importância dos exercícios programados pelo fisioterapeuta, no adiamento da inexorável redução das funções do organismo.
SACHETTI (2012)	Revisão bibliográfica	A fisioterapia intervém com prevenção e reabilitação nas instabilidades através de exercícios e técnicas atuantes na manutenção e melhora das alterações que ocorrem. Uma boa estabilidade resulta em melhora da QV, e isso para o idoso é fundamental, pois garante uma vida ativa e sociável.
IDE (2007)	Ensaio clínico randomizado	O programa de exercícios respiratórios proposto apresentou melhores resultados quando desenvolvido em meio aquático. Entretanto, não se pode afirmar que melhora significativamente a expansibilidade torácica, independente do meio de realização. Assim, são necessários mais estudos a respeito, com o objetivo de se confirmar as suposições.

Conclusão

O sistema musculoesquelético do idoso apresenta alterações senis e/ou senescentes significativas e as mesmas possuem uma abordagem positiva da Fisioterapia. O trabalho não encerra a compreensão acerca das alterações fisiológicas do envelhecimento, mas deixa algumas reflexões e contribui para o desenvolvimento de novas descobertas relacionadas ao tratamento fisioterapêutico na saúde do idoso, principalmente no sistema musculoesquelético, por meio de uma abordagem do envelhecimento como processo natural da vida.

Referencias

STRAUB, R. H., CUTOLO, M., ZIETZ, B et al. **The Process of aging changes the interplay of the immune endocrine and nervous system.** Mech Ageing Develop. 2010; 122: 1591-161

SILVA D.M. **A Contribuição do Estatuto do Idoso e a intervenção do Assistente Social.** INSTITUTO DE ASSISTÊNCIA MÉDICA AO SERVIDOR PÚBLICO ESTADUAL. São Paulo, 2015.

ANDRÉA, F. **O envelhecer, diferença entre senescência e senilidade.** Biblioteca Digital Grátis. São Paulo, ago. 2010.

AVEIRO, M.C.; ACIOLE, G.G.; DRIUSSO, P.; OISHI, J. **Perspectivas da participação do fisioterapeuta no Programa Saúde da Família na atenção à saúde do idoso.** Ciênc. saúde coletiva vol.16 supl.1 Rio de Janeiro 2011.

BIASOLI, M.C. Tratamento **fisioterápico na terceira idade.** RBM - Rev. Bras. Med. - Vol. 64 – Edição especial - novembro/2007.

DELISA JA. **Tratado de Medicina de Reabilitação: Princípios e prática**. 3ª Ed. São Paulo: Manole; 2002.

LACOURT, M. X.; MARINI, L. **Decréscimo da função muscular decorrente do envelhecimento e a influência na qualidade de vida do idoso: uma revisão de literatura**. Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano, Passo Fundo, p.114-121 -jan./jul,2006.

MANTOVANI, E.P. **O processo de envelhecimento e sua relação com a nutrição e a atividade física**. Capítulo 13, p. 165-172. UNICAMP, s/d

CAVALLI, L.F., FREIBERGER, C., KRAUSE, K.M.O., NUNES, M. **Principais alterações fisiológicas que acontecem nos idosos: uma revisão bibliográfica**. XVI Seminário Interinstitucional de Ensino Pesquisa e Extensão. Rio Grande do Sul, 2011.

DE CONTI, A. **A importância da cinesioterapia na melhora da qualidade de vida nos idosos**. Porto Alegre: PUCRS, 2011.

BARBOZA, N.M.; FLORIANO, E.N.; MOTTER, B.L.; SILVA, F.C.; SANTOS, S.M.S. **Efetividade da fisioterapia associada à dança em idosos saudáveis: ensaio clínico aleatório**. Rev. bras. geriatr. gerontol. vol.17 no.1 Rio de Janeiro Jan./Mar. 2014.

DUARTE, F.M.; ARAÚJO, K.A.; OLIVEIRA, E.S.; LIMA, M.P.S.S. **A importância da fisioterapia na promoção da qualidade de vida para os idosos**. Caderno de Ciências Biológicas e da Saúde. Boa Vista, n. 01, 2013.

GUCCIONE, A.A. **Fisioterapia geriátrica**. 2.ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2002.

IDE, M.R.; CAROMANO, F.A.; DIP, M.A.V.B.; GUERINO, M.R. **Exercícios respiratórios na expansibilidade torácica de idosos: exercícios aquáticos e solo**. Fisioterapia em Movimento, Curitiba, v. 20, n. 2, p. 33-40, abr./jun., 2007.

SACHETTI, A.; VIDMAR, M.F.; SILVEIRA, M.M.; WIBELINGER, L.M. **Equilíbrio x Envelhecimento Humano: um desafio para a fisioterapia**. R. Ci. med. biol., Salvador, v.11, n.1, p.64-69, jan./abr. 2012.

SALDANHA, A.L.; CALDAS, C.P. **Saúde do idoso: a arte do cuidar**. 2.ed. Rio de Janeiro: Interciência, 2004.