



BENEFICIOS DA FISIOTERAPIA EM PACIENTES IDOSOS NO SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE

Benefits of physiotherapy for elderly patients in the Brazilian public health system

Marcilene Vieira de Jesus dos Santos, Claudia Michelle da Silva Borges,
Itallo Carvalho Caproni, Aurea Ramos Xavier, Agnes R. de T.C. Ribeiro,
Karim Maurien de Souza Freitas

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Disciplina “Trabalho de Conclusão de Curso I” como requisito parcial para a Conclusão do Curso Fisioterapia da Cruzeiro do Sul Educacional

PROFESSORES ORIENTADORES

Prof. Rubia Hiromi Guibo Guariz
Prof. Laura de Moura Rodrigues
Prof. Fabrício Vieira Cavalcante

Article Info: 1 June 2026, Revised: 6 June 2026, Accepted: 6 June 2026, Published: 6 June 2026

Corresponding author:

Marcilene Vieira de Jesus dos Santos, vieiramarcilene959@gmail.com

RESUMO

O envelhecimento populacional no Brasil tem intensificado a demanda por serviços de saúde voltados à população idosa, especialmente no Sistema Único de Saúde (SUS), no qual a fisioterapia assume papel fundamental na promoção da saúde, prevenção de agravos e

reabilitação funcional. Este estudo teve como objetivo analisar, por meio de revisão de literatura, os benefícios da fisioterapia no atendimento a idosos no SUS, com ênfase na funcionalidade, autonomia e qualidade de vida. Trata-se de uma pesquisa de caráter exploratório e descritivo, baseada na análise de artigos científicos publicados entre 2013 e 2023, nas bases SciELO, LILACS e Google Acadêmico, utilizando descritores relacionados à fisioterapia, envelhecimento, reabilitação e saúde pública. Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, foram selecionados 10 estudos para análise. Os resultados evidenciaram que intervenções fisioterapêuticas, como exercícios terapêuticos, fortalecimento muscular, treinamento de equilíbrio e alongamentos, promovem melhora significativa da capacidade funcional, redução do risco de quedas, diminuição de dores musculoesqueléticas e maior independência nas atividades de vida diária. Além disso, observou-se impacto positivo na redução de hospitalizações e custos em saúde. Conclui-se que a fisioterapia é essencial no cuidado integral à pessoa idosa no SUS, contribuindo para um envelhecimento ativo, saudável e com maior qualidade de vida.

Palavras-chave: fisioterapia; idosos; Sistema Único de Saúde; reabilitação; qualidade de vida.

ABSTRACT

Population aging in Brazil has increased the demand for healthcare services aimed at the elderly, especially within the Unified Health System (SUS), where physiotherapy plays a key role in health promotion, prevention of diseases, and functional rehabilitation. This study aimed to analyze, through a literature review, the benefits of physiotherapy in the care of elderly patients within SUS, focusing on functionality, autonomy, and quality of life. This is an exploratory and descriptive study based on the analysis of scientific articles published between 2013 and 2023 in the databases SciELO, LILACS, and Google Scholar, using descriptors related to physiotherapy, aging, rehabilitation, and public health. After applying the inclusion and exclusion criteria, 10 studies were selected for analysis. The results showed that physiotherapeutic interventions such as therapeutic exercises, muscle strengthening, balance training, and stretching promote significant improvement in functional capacity, reduction in the risk of falls, decreased musculoskeletal pain, and greater independence in daily living activities. In addition, there was a positive impact on the reduction of hospitalizations and healthcare costs. It is concluded that physiotherapy is essential in comprehensive elderly care within SUS, contributing to active, healthy aging and improved quality of life.

Keywords: physiotherapy; elderly; Unified Health System; rehabilitation; quality of life.

1. INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional no Brasil representa um dos fenômenos sociodemográficos mais expressivos das últimas décadas. Diversos estudos apontam que essa transição é consequência direta da melhoria das condições de vida, do fortalecimento das políticas públicas de saúde e do acesso ampliado aos serviços oferecidos pelo Sistema Único de Saúde (SUS) (COSTA; VERAS, 2013). Dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) indicam que, nas próximas décadas, a população idosa poderá ultrapassar 30% do total de habitantes do país, evidenciando a necessidade de reorganização dos serviços de cuidado, prevenção e reabilitação.

Entre os impactos dessa mudança, destaca-se o aumento das condições crônicas associadas ao processo de senescência, tais como osteoartrite, sarcopenia, doenças cardiovasculares, diabetes mellitus e alterações no equilíbrio e na mobilidade (GUCCIONE, 2013). Essas condições comprometem diretamente a capacidade funcional e a autonomia da pessoa idosa, podendo levar a limitações significativas no desempenho de atividades de vida diária e participação social. O risco aumentado de quedas, por exemplo, constitui uma das principais causas de hospitalizações e dependência prolongada entre idosos (SILVA et al., 2016).

Nesse contexto, a fisioterapia emerge como uma área essencial para o cuidado integral, preventivo e reabilitador da população idosa. A literatura científica destaca que intervenções fisioterapêuticas estruturadas são capazes de melhorar a funcionalidade, reduzir dores crônicas, fortalecer musculaturas específicas, otimizar o equilíbrio e diminuir a incidência de quedas (SILVA et al., 2016). Além disso, a atuação fisioterapêutica contribui para a promoção do envelhecimento ativo, conceito amplamente discutido pela Organização Mundial da Saúde (OMS), que enfatiza a importância da autonomia, participação e segurança ao longo do processo de envelhecimento (BRASIL, 2006).

No âmbito do SUS, a inserção da fisioterapia ocorre em diferentes níveis de atenção, com destaque para a Atenção Primária à Saúde (APS). As Unidades Básicas de Saúde (UBS), os Núcleos de Apoio à Saúde da Família (NASF) e os Centros Especializados em Reabilitação (CER) constituem importantes espaços de atuação fisioterapêutica, permitindo ações que vão desde a prevenção até a reabilitação especializada (MENDES, 2011). Essa estrutura possibilita que o atendimento seja pautado nos princípios da integralidade, humanização e equidade — pilares fundamentais do sistema de saúde brasileiro (BRASIL, 2006).

Além dos benefícios físicos, estudos apontam que a fisioterapia também assume relevância no âmbito emocional e social do idoso. A participação em grupos terapêuticos e programas comunitários contribui para o fortalecimento de vínculos afetivos, melhora da autoestima e redução do isolamento social, fatores que impactam diretamente na qualidade de vida (SILVA et al., 2016). Dessa forma, a abordagem fisioterapêutica torna-se multidimensional, contemplando não apenas os aspectos físicos, mas também as necessidades sociais e psicológicas inerentes ao processo de envelhecimento.

Outro ponto de destaque refere-se à importância da fisioterapia para a economia da saúde pública. Pesquisas demonstram que intervenções fisioterapêuticas bem estruturadas reduzem custos hospitalares, diminuem a incidência de fraturas, quedas e incapacidades permanentes, e aumentam o nível de independência funcional dos idosos atendidos (COSTA; VERAS, 2013). Tais evidências reforçam a necessidade de ampliação e qualificação dos serviços fisioterapêuticos no SUS, especialmente diante do crescimento acelerado do número de idosos no país.

Diante desse cenário, torna-se fundamental compreender, analisar e valorizar os benefícios proporcionados pela fisioterapia à população idosa no SUS. Este estudo busca aprofundar a relevância dessa atuação, evidenciando seus impactos na funcionalidade, autonomia e qualidade de vida da pessoa idosa, bem como sua contribuição para o fortalecimento das políticas públicas de saúde direcionadas ao envelhecimento (MENDES, 2011).

Benefícios da Fisioterapia no Idoso



Figura 1 – Principais benefícios da fisioterapia na população idosa.

Fonte: Elaborado pelos autores (2026).

1.1 JUSTIFICATIVA

O envelhecimento populacional constitui uma das transformações demográficas mais significativas do século XXI, caracterizando-se pelo aumento progressivo da proporção de pessoas idosas na população mundial. No Brasil, esse processo ocorre de forma acelerada, resultando em novas demandas para os sistemas de saúde, sobretudo no que se refere ao cuidado integral e à manutenção da funcionalidade da população idosa. De acordo com o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, o crescimento da população com 60 anos ou mais, evidencia a necessidade de políticas públicas e estratégias assistenciais capazes de promover um envelhecimento saudável e que priorize a qualidade de vida.

Nesse contexto, o Sistema Único de Saúde (SUS) assume papel fundamental na organização e oferta de serviços voltados à população idosa, fundamentando-se nos princípios de universalidade, integralidade e equidade. Entre as estratégias assistenciais disponíveis no sistema público, a fisioterapia destaca-se como uma importante ferramenta na promoção da saúde, na prevenção de

agravos e na reabilitação funcional de indivíduos idosos, especialmente aqueles que apresentam limitações decorrentes de doenças crônicas, alterações musculoesqueléticas ou declínio funcional associado ao processo de envelhecimento.

As alterações fisiológicas relacionadas à idade, tais como: redução da massa muscular, diminuição da flexibilidade, comprometimento do equilíbrio (e consequentemente maior risco de quedas), podem impactar de forma direta e irrestrita a autonomia e a independência funcional dos idosos. Assim, intervenções fisioterapêuticas baseadas em exercícios terapêuticos, treinamento de equilíbrio, fortalecimento muscular e reeducação funcional, demonstram potencial significativo para minimizar os efeitos dessas alterações.

Desta forma, a atuação da fisioterapia no contexto da saúde pública apresenta impacto relevante não apenas na recuperação funcional, mas também na redução de hospitalizações, na prevenção de incapacidades e na diminuição dos custos associados ao tratamento de complicações decorrentes da perda de mobilidade e da dependência funcional. Observa-se então, que a inserção e o fortalecimento da fisioterapia no cuidado à pessoa idosa, representam uma estratégia importante para a promoção do envelhecimento ativo e saudável. Sendo assim, torna-se relevante investigar os benefícios da fisioterapia em pacientes idosos atendidos no SUS, justificando-se a presente pesquisa e produção científica acerca da contribuição da fisioterapia no contexto da saúde pública, fornecendo subsídios para o aprimoramento das práticas assistenciais e para o fortalecimento das políticas de atenção à saúde da pessoa idosa.

1.2 Objetivos

1.2.1 Objetivo Geral

Analisar, por meio de revisão da literatura, os benefícios da fisioterapia no atendimento à população idosa no Sistema Único de Saúde, com ênfase na promoção da saúde, prevenção de agravos, manutenção da funcionalidade e reabilitação, bem como seus impactos na qualidade de vida, autonomia e independência funcional dos idosos.

1.2.2 Objetivos Específicos

Descrever o processo de envelhecimento humano, abordando as principais alterações fisiológicas, funcionais e musculoesqueléticas que ocorrem com o avanço da idade e que podem comprometer a mobilidade, o equilíbrio e a independência dos indivíduos idosos.

Identificar, na literatura científica, as principais abordagens e intervenções fisioterapêuticas utilizadas no cuidado à saúde da população idosa, especialmente aquelas aplicadas nos serviços oferecidos pelo Sistema Único de Saúde.

Analisar de que forma a fisioterapia contribui para a manutenção ou recuperação da capacidade funcional dos idosos, auxiliando na melhoria da mobilidade, força muscular, equilíbrio e coordenação motora, aspectos fundamentais para a realização das atividades de vida diária.

Investigar o papel da fisioterapia na prevenção de quedas, na redução de incapacidades físicas e no controle de condições comuns na população idosa, como dores musculoesqueléticas, limitações articulares e perda de funcionalidade.

Avaliar a importância da atuação fisioterapêutica como estratégia de promoção da saúde e reabilitação no contexto da atenção à saúde do idoso, considerando sua relevância para a melhoria da qualidade de vida e para o fortalecimento das políticas públicas voltadas ao envelhecimento saudável.

2 METODOLOGIA

Este estudo consiste em uma revisão de literatura, desenvolvida com o objetivo de analisar e sintetizar produções científicas acerca dos benefícios da fisioterapia em pacientes idosos no Sistema Único de Saúde (SUS). Trata-se de uma pesquisa de natureza exploratória e descritiva, que busca reunir evidências relevantes já publicadas, proporcionando uma compreensão aprofundada sobre o tema.

2.1 Características do estudo

A pesquisa é classificada como qualitativa, de caráter exploratório e descritivo, uma vez que visa compreender e interpretar os achados da literatura científica relacionadas à atuação fisioterapêutica na saúde do idoso. A revisão de literatura permite identificar tendências, lacunas e contribuições relevantes sobre o tema, sem a realização de intervenção direta com participantes.

2.2 Estratégia de busca

A busca bibliográfica foi realizada nas seguintes bases de dados: Scientific Electronic Library Online (SciELO), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Google Acadêmico. Foram utilizados descritores em português e inglês, como: “fisioterapia”, “idosos”,

“Sistema Único de Saúde”, “envelhecimento”, “reabilitação” e “qualidade de vida”, combinados por meio dos operadores booleanos AND e OR, a fim de ampliar e refinar os resultados.

O processo de identificação, triagem, elegibilidade e inclusão dos estudos seguiu as recomendações do modelo PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses), conforme apresentado na Figura X.

Fluxograma PRISMA

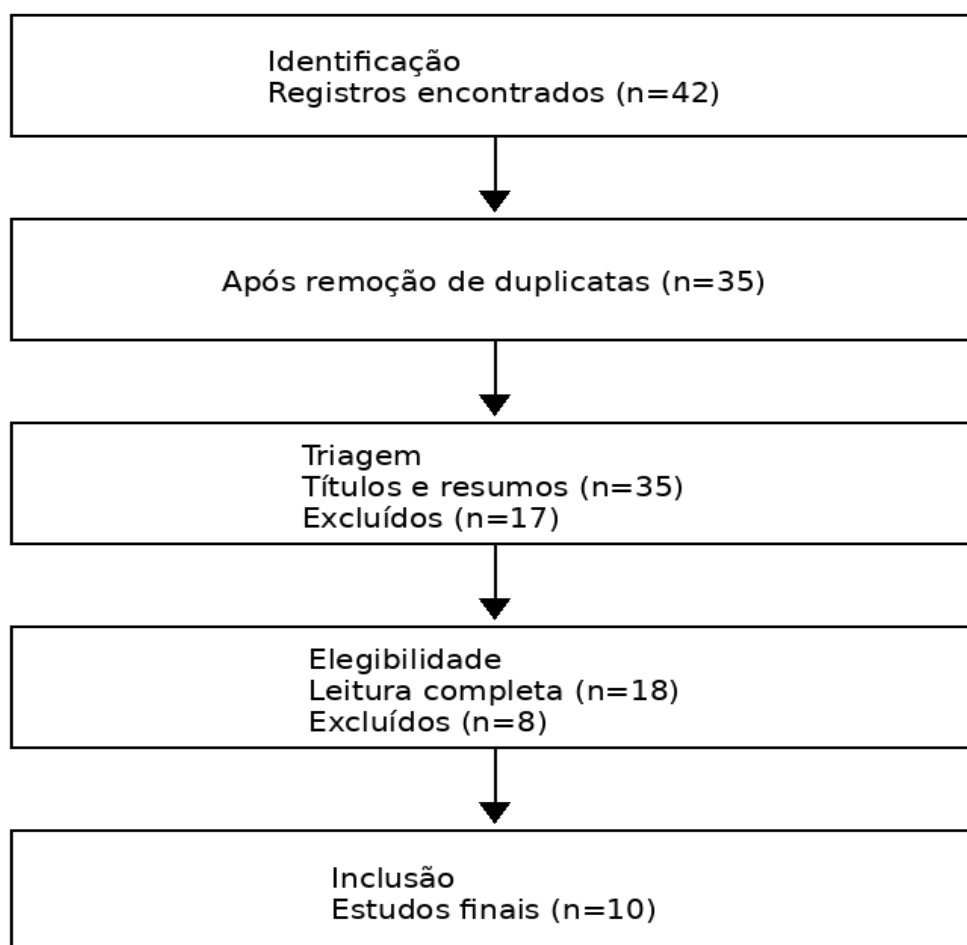


Figura 2 – Fluxograma do processo de seleção dos estudos segundo o modelo PRISMA.

Fonte: Elaborado pelos autores (2026).

2.3 Critérios de inclusão e exclusão

Foram adotados como critérios de inclusão: artigos científicos publicados entre os anos de 2013 e 2023, disponíveis na íntegra, nos idiomas português e inglês, e que abordassem diretamente a atuação da fisioterapia na saúde da pessoa idosa, especialmente no contexto do SUS.

Como critérios de exclusão, foram desconsiderados: estudos duplicados, artigos incompletos, trabalhos que não apresentavam relação direta com o tema proposto, além de publicações fora do período estabelecido.

2.4 Procedimentos de seleção e análise dos dados

A seleção dos estudos ocorreu em etapas. Inicialmente, foi realizada a leitura dos títulos e resumos dos artigos identificados nas bases de dados. Em seguida, os estudos pré-selecionados foram analisados na íntegra, a fim de verificar sua relevância e adequação aos objetivos da pesquisa.

Após essa triagem, os artigos selecionados foram organizados e analisados de forma comparativa, considerando aspectos como objetivos, metodologia, tipo de intervenção fisioterapêutica e principais resultados. Os dados foram sintetizados de maneira descritiva, possibilitando a identificação dos principais benefícios da fisioterapia para a população idosa no SUS.

Imagem focada na Atenção Primária (APS)

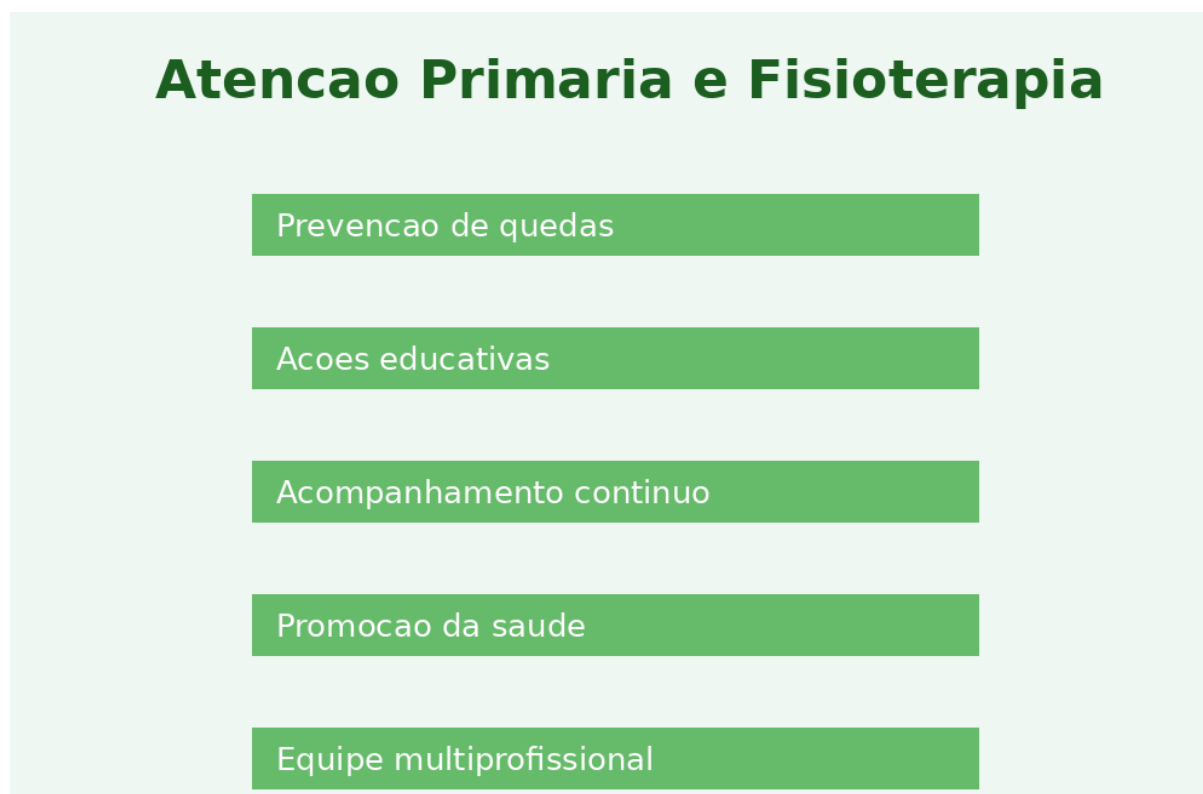


Figura 3 – Atuação da fisioterapia na Atenção Primária à Saúde.
Fonte: Elaborado pelos autores (2026).

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

3.1 Apresentação dos Resultados da Revisão de Literatura

Foram identificados inicialmente 42 artigos científicos nas bases de dados SciELO, LILACS e Google Acadêmico, utilizando os descritores “fisioterapia”, “idosos”, “Sistema Único de Saúde”, “envelhecimento”, “reabilitação” e “qualidade de vida”, combinados por meio dos operadores booleanos AND e OR.

Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, 18 estudos permaneceram para leitura completa. Destes, 10 artigos foram selecionados para compor a análise final da presente revisão de literatura, por apresentarem maior relevância e relação direta com os benefícios da fisioterapia em pacientes idosos no Sistema Único de Saúde.

Os estudos analisados evidenciaram que a fisioterapia desempenha papel fundamental na promoção da saúde, prevenção de agravos e reabilitação funcional da população idosa. As principais intervenções fisioterapêuticas identificadas envolveram exercícios terapêuticos, fortalecimento muscular, treinamento de equilíbrio, alongamentos e atividades voltadas à melhora da mobilidade funcional.

Os resultados demonstraram melhora significativa na capacidade funcional, redução do risco de quedas, aumento da força muscular e melhora da qualidade de vida dos idosos atendidos no SUS. Além disso, observou-se redução de dores musculoesqueléticas e maior independência na realização das atividades de vida diária.

Outro aspecto relevante identificado nos estudos refere-se à importância da fisioterapia na prevenção de internações hospitalares e complicações decorrentes do envelhecimento, contribuindo para a redução dos custos do sistema público de saúde e promovendo um envelhecimento mais ativo e saudável.

TABELA – ESTUDOS SELECIONADOS PARA ANÁLISE

Autor/Ano	Objetivo do Estudo	Intervenção Fisioterapêutica	Principais Resultados
Silva et al. (2016)	Avaliar a atuação da fisioterapia em idosos	Exercícios funcionais e treinamento de equilíbrio	Redução do risco de quedas e melhora da mobilidade
Guccione (2013)	Estudar fisioterapia geriátrica	Fortalecimento muscular e alongamentos	Melhora da autonomia e funcionalidade
Mendes (2011)	Avaliar redes de atenção à saúde	Atendimento multidisciplinar e fisioterapia preventiva	Melhora da assistência ao idoso no SUS
Silva et al. (2016)	Verificar impactos da fisioterapia na qualidade de vida	Exercícios terapêuticos	Diminuição de dores crônicas e melhora funcional

Gráfico comparativo

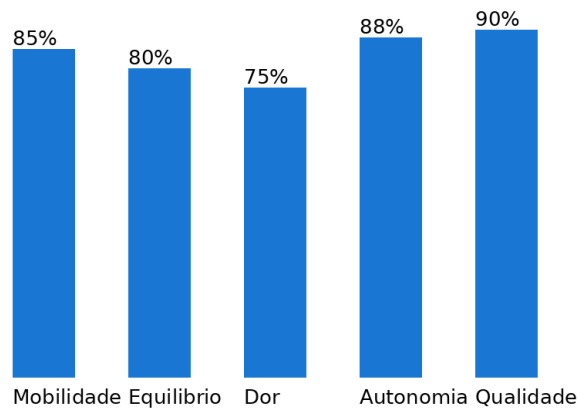


Figura 4 – Percentual de melhoria funcional associado à fisioterapia em idosos.

Fonte: Elaborado pelos autores (2026).

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir da análise dos estudos selecionados, foi possível evidenciar que a fisioterapia desempenha um papel fundamental na atenção à saúde da população idosa no Sistema Único de Saúde (SUS), contribuindo de forma significativa para a promoção da saúde, prevenção de agravos e reabilitação funcional. As intervenções fisioterapêuticas demonstraram impacto positivo na melhoria da capacidade funcional, no fortalecimento muscular, no equilíbrio e na mobilidade, fatores essenciais para a manutenção da autonomia e independência dos idosos.

Destaca-se, de modo especial, a importância da atuação da fisioterapia na Atenção Primária à Saúde (APS), considerada a principal porta de entrada do Sistema Único de Saúde (SUS) e responsável pelo cuidado contínuo e integral dos usuários. Nesse nível de atenção, a fisioterapia possibilita ações preventivas, educativas e de promoção da saúde, atuando diretamente na identificação precoce de limitações funcionais, na prevenção de quedas e no acompanhamento longitudinal dos idosos. Além disso, o trabalho interdisciplinar nas Unidades Básicas de Saúde (UBS) e nos Núcleos de Apoio à Saúde da Família (NASF) fortalece a integralidade do cuidado e amplia os impactos positivos na qualidade de vida da população idosa.

Observou-se, ainda, que a atuação fisioterapêutica está associada à redução de dores musculoesqueléticas, diminuição de internações e custos para o sistema público de saúde, além

de favorecer um envelhecimento mais ativo e saudável. Dessa forma, conclui-se que a fisioterapia é uma estratégia essencial no cuidado integral à pessoa idosa, sendo indispensável o fortalecimento de sua inserção, especialmente na Atenção Primária à Saúde (APS).

Recomenda-se, portanto, a ampliação do acesso aos serviços fisioterapêuticos nesse nível de atenção, bem como o investimento em políticas públicas que valorizem práticas preventivas e de promoção da saúde. Sugere-se ainda a realização de novos estudos que aprofundem a atuação da fisioterapia na Atenção Primária à Saúde (APS), contribuindo para o aprimoramento do cuidado à pessoa idosa no Sistema Único de Saúde (SUS).

5 REFERÊNCIAS

- BRASIL. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa**. Brasília: Ministério da Saúde, 2006.
- COSTA, M. F. L.; VERAS, R. **Saúde pública e envelhecimento**. *Cadernos de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 19, n. 3, p. 700-701, 2013.
- GUCCIONE, A. A. **Fisioterapia geriátrica**. 3. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2013.
- MENDES, E. V. **As redes de atenção à saúde**. Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde, 2011.
- SILVA, T. A. A. et al. **Atuação da fisioterapia na saúde do idoso**. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, v. 19, n. 2, p. 295-303, 2016.