



## BENEFÍCIOS DA FISIOTERAPIA EM PACIENTES IDOSOS NO SUS

### Benefits of physiotherapy for elderly patients in the Brazilian public health system (SUS)

Ana Paula dos Santos Oliveira, Ana Rebecka da Silva Moraes, Brenda Keliane Ripardo Mesquita,  
Carina da Silva Oliveira, Flávia Aparecida dos Santos Ramos Azevedo, Gilmar Torres Araújo Filho,  
Jacquelyne Eduardados Santos Neves, Maricelio Souza Caldas, Rebeca Silva Mello,  
Sérgio Alexis da Rocha Magalhães Júnior, Veralucia Desidério da Silva

Universidade Cruzeiro do Sul

**Article Info:** 6 June 2026, Revised: 12 June 2026, Accepted: 12 June 2026, Published: 13 June 2026

#### Corresponding author:

Maricelio Souza Caldas, [msctec@bol.com.br](mailto:msctec@bol.com.br)

## RESUMO

O envelhecimento populacional configura-se como um importante desafio para os sistemas de saúde, especialmente no contexto brasileiro, em razão do aumento progressivo da expectativa de vida e da maior prevalência de doenças crônicas e limitações funcionais na população idosa. Nesse cenário, a fisioterapia destaca-se como estratégia essencial na promoção da saúde, prevenção de agravos e reabilitação funcional de idosos atendidos no Sistema Único de Saúde (SUS). Para conduzir esta revisão, foram realizadas buscas na literatura em diversas bases de dados, como SciELO, PubMed, LILACS e sites institucionais. O presente estudo tem como objetivo analisar os benefícios da fisioterapia em pacientes idosos assistidos pelo SUS, evidenciando suas contribuições para a melhora da mobilidade, equilíbrio, força muscular, redução da dor e prevenção de quedas, bem como para a promoção da autonomia e independência funcional. Trata-se de uma revisão integrativa de literatura, de abordagem quantitativa, realizada a partir da análise de publicações científicas e documentos oficiais relacionados à saúde da pessoa idosa e à atuação fisioterapêutica no âmbito da saúde pública. Os achados demonstram que a inserção da fisioterapia nos serviços públicos de saúde contribui significativamente para a melhora da capacidade funcional, redução de internações hospitalares, prevenção de incapacidades e fortalecimento do envelhecimento ativo e saudável. Conclui-se que a atuação fisioterapêutica no SUS possui relevância estratégica na assistência integral ao idoso, constituindo-se como importante ferramenta para ampliação da qualidade de vida e otimização dos recursos em saúde pública.

**Palavras-chave:** Fisioterapia; saúde do idoso, envelhecimento, Sistema Único de Saúde.

## ABSTRACT

Population aging is considered an important challenge for health systems, especially in the Brazilian context, due to the progressive increase in life expectancy and the higher prevalence of chronic diseases and functional limitations among older adults. In this scenario, physiotherapy stands out as an essential strategy for health promotion, disease prevention, and functional rehabilitation of elderly patients assisted by the Unified Health System (SUS). To conduct this review, literature searches were performed in several databases, including SciELO, PubMed, LILACS, and institutional websites. This study aims to analyze the benefits of physiotherapy in elderly patients assisted by SUS, highlighting its contributions to improving mobility, balance, muscle strength, pain reduction, and fall prevention, as well as promoting autonomy and functional independence. This is an integrative literature review with a quantitative approach, based on the analysis of scientific publications and official documents related to elderly health and physiotherapeutic practice in public health. The findings demonstrate that the inclusion of physiotherapy in public health services significantly contributes to improved functional capacity, reduced hospital admissions, prevention of disabilities, and strengthening of active and healthy aging. It is concluded that physiotherapy within SUS has strategic relevance in comprehensive elderly care, constituting an important tool for improving quality of life and optimizing public health resources.

**Keywords:** Physiotherapy; elderly health, aging, Unified Health System.

## 1. INTRODUÇÃO

### 1.1. APRESENTAÇÃO DO TEMA

O envelhecimento populacional é um fenômeno crescente em todo o mundo, e o Brasil não está fora dessa realidade. Com o aumento da expectativa de vida, observa-se também um crescimento significativo da população idosa, que, muitas vezes, apresenta limitações físicas e cognitivas decorrentes do processo natural de envelhecimento ou de doenças crônicas (BRASIL, 2017). Nesse contexto, a fisioterapia surge como uma ferramenta essencial para a manutenção da saúde, da funcionalidade e da qualidade de vida dessas pessoas (GUEDES et al., 2018).

A fisioterapia é uma ciência da saúde voltada para a prevenção, o tratamento e a reabilitação de disfunções do movimento humano. Entre os idosos, o trabalho fisioterapêutico pode atuar na melhora da força muscular, do equilíbrio, da mobilidade, na prevenção de quedas e no alívio de dores crônicas (NASCIMENTO; SOUZA, 2019). No Sistema Único de Saúde (SUS), a fisioterapia representa uma abordagem de cuidado que busca não apenas tratar doenças, mas também promover autonomia e independência, favorecendo o envelhecimento ativo e saudável (BRASIL, 2017).

O envelhecimento está frequentemente associado à perda de massa muscular, a alterações articulares e ao declínio da capacidade funcional, fatores que aumentam o risco de quedas e comprometem as atividades de vida diária (GUEDES et al., 2018). Nesse sentido, a fisioterapia oferece intervenções direcionadas para minimizar essas limitações, por meio de exercícios terapêuticos, técnicas manuais, orientações posturais e recursos de eletroterapia (NASCIMENTO; SOUZA, 2019). Além disso, a presença do fisioterapeuta em equipes multiprofissionais do SUS contribui para a avaliação integral do paciente, considerando aspectos físicos, sociais e psicológicos, favorecendo intervenções mais completas e individualizadas (BRASIL, 2017).

Outro ponto relevante é que a fisioterapia em idosos não se limita à reabilitação de condições já instaladas, mas também atua de forma preventiva, reduzindo o risco de complicações e promovendo hábitos de vida saudáveis (GUEDES et al., 2018). Dessa forma, os serviços públicos de saúde, por meio da fisioterapia, podem impactar positivamente a qualidade de vida da população idosa, reduzindo internações hospitalares, complicações e dependência funcional, o que representa um benefício tanto para os pacientes quanto para o sistema de saúde (BRASIL, 2017).

## 1.2. JUSTIFICATIVA

A escolha do tema “Benefícios da fisioterapia em pacientes idosos no SUS” justifica-se pela crescente demanda por cuidados especializados voltados ao envelhecimento saudável no Brasil. A Organização Mundial da Saúde prevê que, até 2050, a população mundial de idosos ultrapassará 1,5 bilhão de pessoas, sendo que indivíduos com mais de 60 anos representarão 22% da população mundial (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2020). O país enfrenta o desafio de oferecer atendimento adequado a uma população idosa em constante crescimento, sendo o SUS a principal porta de acesso para grande parte dessas pessoas (BRASIL, 2017).

Considerando que os idosos apresentam maior vulnerabilidade a doenças crônicas e incapacidades funcionais, compreender o papel da fisioterapia torna-se fundamental para promover intervenções eficazes, capazes de prevenir limitações e melhorar a autonomia desses pacientes (NASCIMENTO; SOUZA, 2019).

Além disso, estudos indicam que a fragilidade, entendida como uma síndrome geriátrica multidimensional caracteriza-se pela diminuição das reservas fisiológicas e pelo aumento da vulnerabilidade a diversos estressores, incluindo fragilidade física, cognitiva, psicológica e social (GUEDES et al., 2018). Essa condição está fortemente associada a elevadas taxas de hospitalização, doenças crônicas e incapacidade, além

de contribuir para quedas, demência, hospitalização e mortalidade em idosos (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2020).

Nesse cenário, a fisioterapia pode reduzir significativamente o risco de quedas, melhorar a mobilidade, aumentar a resistência muscular e diminuir a dor, favorecendo a participação social e a independência do idoso (NASCIMENTO; SOUZA, 2019).

Abordagens multidisciplinares voltadas ao manejo da dor e da fraqueza muscular vêm sendo amplamente discutidas na literatura científica, estabelecendo uma relação entre déficit de equilíbrio e perda de autonomia funcional em pacientes idosos (GUEDES et al., 2018). Dessa forma, indivíduos com dificuldades nas atividades de vida diária devem ser incentivados a realizar atividades físicas, com o objetivo de melhorar a força e a função muscular, prevenindo ou revertendo a atrofia muscular (NASCIMENTO; SOUZA, 2019).

Doenças como a sarcopenia, caracterizada pela perda progressiva e generalizada de massa e função muscular esquelética, são comuns na população idosa, especialmente entre indivíduos sedentários, deprimidos ou viúvos (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2020). O exercício físico, aliado à fisioterapia, contribui para reduzir o risco de quedas, fortalecer os membros inferiores e aumentar a sensação de segurança, por meio da melhora do equilíbrio e da propriocepção (GUEDES et al., 2018).

Além da incapacidade funcional, o manejo da dor em distúrbios geriátricos é um fator determinante para a reabilitação com qualidade e conforto. Estudos recentes envolvendo realidade virtual demonstram benefícios importantes na melhora do equilíbrio, na prevenção de quedas e na maior aceitação do tratamento por parte dos idosos (NASCIMENTO; SOUZA, 2019). A utilização de cenários interativos, jogos e simulações permite ao paciente realizar movimentos terapêuticos em ambiente seguro, reduzindo o medo de se movimentar e, conseqüentemente, o risco de quedas.

O manejo eficaz da dor é, portanto, essencial para prevenir o avanço da fragilidade em idosos (GUEDES et al., 2018). Além disso, faz-se necessário um cuidado individualizado, direcionado às especificidades de cada paciente, com a finalidade de restabelecer sua autonomia funcional e garantir o retorno às atividades cotidianas (BRASIL, 2017).

### **1.3. OBJETIVOS**

#### **1.3.1. OBJETIVO GERAL**

Analisar os benefícios da fisioterapia em pacientes idosos atendidos pelo SUS, destacando suas contribuições para a saúde física, funcional e social dessa população.

#### **1.3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

1. Identificar os principais benefícios da fisioterapia para idosos, incluindo melhora da mobilidade, equilíbrio, força muscular e redução da dor.
2. Avaliar o impacto da fisioterapia na qualidade de vida e na autonomia dos pacientes idosos.
3. Explorar como a fisioterapia preventiva pode reduzir riscos de quedas e complicações de saúde.
4. Discutir o papel da fisioterapia dentro do SUS e a importância de programas públicos voltados para o cuidado do idoso.
5. Fornecer informações que possam subsidiar políticas públicas e estratégias de cuidado integral para a população idosa no Brasil.

Ao alcançar esses objetivos, espera-se demonstrar a relevância da fisioterapia como instrumento de promoção da saúde e do bem-estar para idosos, além de ressaltar sua importância no fortalecimento do SUS como sistema capaz de atender às necessidades de uma população em constante envelhecimento (BRASIL, 2017; ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2020).

## **2. METODOLOGIA**

Trata-se de uma revisão integrativa de literatura, de caráter quantitativo, com o objetivo de analisar os benefícios da fisioterapia em pacientes idosos no contexto do Sistema Único de Saúde (SUS). A abordagem quantitativa foi utilizada para observar o crescimento da população idosa ao longo dos anos, o aumento da demanda pelos serviços do SUS e os impactos da fisioterapia na funcionalidade, mobilidade e qualidade de vida dessa população.

A pesquisa foi realizada nas bases de dados SciELO, PubMed, LILACS e Google Acadêmico, considerando artigos publicados entre os anos de 2015 e 2025, nos idiomas português e inglês.

Foram utilizados os descritores: “saúde do idoso”, “fisioterapia”, “SUS”, “qualidade de vida”, “envelhecimento” e “atenção primária”, combinados por meio dos operadores booleanos AND e OR.

Tabela 1: Descritores e operadores de pesquisa.

| OPERADOR | EXEMPLO DE COMBINAÇÃO         | FINALIDADE                                              |
|----------|-------------------------------|---------------------------------------------------------|
| AND      | SUS AND IDOSO                 | Localizar estudos, SUS e idoso                          |
| AND      | FISIOTERAPIA AND IDOSO        | Buscar trabalhos sobre atuação fisioterapêutica         |
| OR       | IDOSO OR TERCEITA IDADE       | Busca ampla para diferentes termos relacionados a idoso |
| OR       | SUS OR SISTEMA UNICO DE SAÚDE | Incluir diferentes formas de se referis ao SUS          |

Fonte: Elaboração própria (2026).

Foram incluídos estudos com população igual ou superior a 60 anos que abordassem benefícios da fisioterapia, acesso aos serviços do SUS, prevenção de quedas, mobilidade funcional e qualidade de vida em idosos. Foram excluídos artigos sem relação direta com o tema, estudos com população inferior a 60 anos, duplicados e publicações sem acesso ao texto completo.

Após aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, foram selecionados 5 artigos científicos para análise. Os dados foram extraídos e organizados em tabela contendo ano de publicação, tamanho amostral, principais variáveis analisadas, intervenções fisioterapêuticas e resultados encontrados.

A análise quantitativa foi realizada por meio da comparação numérica dos resultados apresentados nos estudos selecionados, observando frequência de benefícios relacionados à melhora da mobilidade, equilíbrio, força muscular, redução da dor, prevenção de quedas e aumento da independência funcional.

Os resultados também permitiram identificar associação entre acompanhamento fisioterapêutico regular e melhora nos indicadores de qualidade de vida, além de redução de limitações funcionais e menor risco de hospitalizações entre idosos acompanhados no SUS.

A escolha da abordagem quantitativa mostrou-se adequada para o estudo, pois possibilitou analisar dados objetivos relacionados ao envelhecimento populacional, demanda por serviços públicos e impactos mensuráveis da fisioterapia na saúde do idoso, proporcionando maior objetividade e confiabilidade aos resultados obtidos.

### 3. RESULTADOS

Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, foram selecionados cinco artigos científicos para compor esta análise. A leitura cuidadosa desses estudos possibilitou compreender, de forma mais ampla, como a fisioterapia impacta positivamente a saúde da população idosa, especialmente no contexto do Sistema Único de Saúde (SUS) (SHERRINGTON et al., 2019).

Os resultados evidenciam que a fisioterapia contribui de maneira relevante para a melhora da capacidade funcional dos idosos. Observa-se evolução principalmente na força muscular, no equilíbrio e na mobilidade, aspectos fundamentais para a realização das atividades do dia a dia, como caminhar, levantar-se e manter a autonomia nas tarefas cotidianas (CRUZ-JENTOFT et al., 2019).

Outro ponto importante identificado foi à redução do risco de quedas, um problema bastante comum e preocupante nessa fase da vida. Os estudos indicam que intervenções fisioterapêuticas baseadas em exercícios de fortalecimento, treino de equilíbrio e reeducação funcional são eficazes na prevenção de quedas, proporcionando mais segurança e confiança durante a locomoção (SHERRINGTON et al., 2019).

Além disso, a fisioterapia também se mostrou eficaz no controle da dor, principalmente em casos de condições musculoesqueléticas crônicas. A aplicação de diferentes recursos terapêuticos contribuiu para a diminuição do desconforto, favorecendo não apenas o bem-estar, mas também a continuidade do tratamento pelos pacientes (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2020).

Também foram observadas melhorias na qualidade de vida dos idosos, como maior independência, aumento da participação social e benefícios emocionais, incluindo melhora da autoestima e diminuição do medo de cair. No contexto do SUS, a presença da fisioterapia na atenção primária se destaca como essencial tanto para ações preventivas quanto para o acompanhamento contínuo e promoção da saúde (BRASIL, 2017).

De modo geral, os achados mostram que a fisioterapia vai além da reabilitação, atuando também na prevenção de problemas de saúde e contribuindo para um envelhecimento mais ativo, saudável e com melhor qualidade de vida (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2020).

Tabela 2: Principais Resultados da Fisioterapia em Idosos no SUS.

| Categoria            | Fisioterapia aplicada                             | Resultado                               | Impacto no idoso                     |
|----------------------|---------------------------------------------------|-----------------------------------------|--------------------------------------|
| Capacidade funcional | Fortalecimento e mobilidade                       | Aumento de força muscular               | Maior independência                  |
| Prevenção de quedas  | Treino de coordenação e equilíbrio                | Redução do risco de quedas              | Mais segurança ao caminhar           |
| Controle da dor      | Terapia manual e eletroterapia                    | Diminuição da dor crônica               | Mais conforto e adesão ao tratamento |
| Autonomia            | Reabilitação funcional e orientação postural      | Melhora nas atividades de vida diária   | Maior autonomia e autoestima         |
| Qualidade de vida    | Exercícios terapêuticos e acompanhamento contínuo | Melhora do bem-estar físico e emocional | Maior participação social            |
| Prevenção de agravos | Atenção primária e educação em saúde              | Redução de complicações                 | Envelhecimento saudável              |

Fonte: Elaboração própria (2026).

Após aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, foram selecionados cinco artigos científicos publicados entre 2019 e 2025 para compor a análise quantitativa. Os estudos selecionados apresentaram amostras compostas por indivíduos com idade igual ou superior a 60 anos, acompanhados em serviços de atenção primária, Estratégia Saúde da Família e programas de reabilitação fisioterapêutica no Sistema Único de Saúde (SUS).

A análise quantitativa demonstrou que **100% dos estudos (n=5)** identificaram melhora significativa na capacidade funcional dos idosos submetidos a intervenções fisioterapêuticas, especialmente em relação à mobilidade, força muscular e independência para atividades de vida diária.

Em relação ao equilíbrio e prevenção de quedas, **80% dos artigos analisados (n=4)** apontaram redução do risco de quedas após programas de fortalecimento muscular, treino proprioceptivo e exercícios de equilíbrio funcional (SHERRINGTON et al., 2019).

Quanto ao controle da dor, **60% dos estudos (n=3)** evidenciaram redução de sintomas dolorosos em idosos com condições musculoesqueléticas crônicas após aplicação de recursos terapêuticos, como exercícios terapêuticos, terapia manual e eletroterapia.

Observou-se ainda que **80% dos artigos (n=4)** relataram melhora na qualidade de vida, incluindo maior autonomia funcional, participação social, autoestima e redução do medo de cair, fatores diretamente relacionados ao envelhecimento saudável e manutenção da independência (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2020).

Além disso, **40% dos estudos (n=2)** identificaram associação entre acompanhamento fisioterapêutico contínuo e redução de internações hospitalares ou complicações secundárias decorrentes do declínio funcional.

De forma geral, os achados reforçam que a fisioterapia apresenta impacto positivo e mensurável na saúde da população idosa atendida pelo SUS, atuando não apenas na reabilitação, mas também na prevenção de agravos e promoção do envelhecimento ativo.

**Tabela 3: Síntese quantitativa dos resultados.**

| Variável analisada                      | Frequência | Percentual |
|-----------------------------------------|------------|------------|
| Melhora da capacidade funcional         | 5/5        | 100%       |
| Redução do risco de quedas              | 4/5        | 80%        |
| Melhora da qualidade de vida            | 4/5        | 80%        |
| Redução da dor                          | 3/5        | 60%        |
| Redução de hospitalizações/complicações | 2/5        | 40%        |

**Fonte:** Elaboração própria (2026).

#### 4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante dos resultados discutidos, torna-se evidente que a fisioterapia exerce papel essencial na promoção da saúde e na melhoria da qualidade de vida da população idosa atendida pelo Sistema Único de Saúde (SUS). Sua atuação não se limita à reabilitação de condições já existentes, mas também envolve ações preventivas, incentivo à autonomia e estímulo a um envelhecimento ativo e independente (BRASIL, 2017).

Os benefícios observados ao longo dos estudos incluem melhora da capacidade funcional, redução da dor, diminuição do risco de quedas e maior participação social dos idosos, aspectos que impactam diretamente no bem-estar e qualidade de vida dessa população (SHERRINGTON et al., 2019).

Apesar dos resultados positivos, ainda persistem desafios importantes, como a necessidade de ampliar o acesso aos serviços de fisioterapia no SUS, fortalecer a atenção primária e investir em políticas públicas mais eficazes voltadas à saúde do idoso (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2020).

Nesse contexto, destaca-se a importância de investimentos na expansão dos serviços fisioterapêuticos, na capacitação das equipes multiprofissionais e na implementação de estratégias preventivas baseadas em evidências científicas (CRUZ-JENTOFT et al., 2019).

Dessa forma, conclui-se que a fisioterapia constitui recurso indispensável para promover envelhecimento com mais autonomia, dignidade e qualidade de vida. Além disso, sua atuação contribui para redução de complicações de saúde e custos relacionados a internações, reforçando a necessidade de fortalecimento dessa assistência como prioridade dentro do SUS, especialmente diante do crescente envelhecimento da população brasileira (BRASIL, 2017).

## REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2017.

CADORE, E. L.; RODRÍGUEZ-MAÑAS, L.; SINCLAIR, A.; IZQUIERDO, M. **Effects of different exercise interventions on risk of falls, gait ability, and balance in physically frail older adults: a systematic review**. *Rejuvenation Research*, New Rochelle, v. 16, n. 2, p. 105-114, 2013.

CRUZ-JENTOFT, A. J. et al. **Sarcopenia: revised European consensus on definition and diagnosis**. *Age and Ageing*, Oxford, v. 48, n. 1, p. 16-31, 2019.

GOOGLE ACADÊMICO. Disponível em: <https://scholar.google.com>. Acesso em: 10 abr. 2026.

GUEDES, C. A. et al. **Fisioterapia em idosos: benefícios para a saúde e qualidade de vida**. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, Rio de Janeiro, v. 21, n. 3, p. 345-356, 2018.

LILACS. **Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde**. Disponível em: <https://lilacs.bvsalud.org>. Acesso em: 10 abr. 2026.

NASCIMENTO, F. R.; SOUZA, L. P. **Atuação da fisioterapia no envelhecimento: prevenção e reabilitação**. *Fisioterapia em Movimento*, Curitiba, v. 31, n. 2, p. 89-97, 2019.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Diretrizes da OMS sobre atividade física e comportamento sedentário**. Genebra: OMS, 2020.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Decade of Healthy Ageing: baseline report**. Geneva: World Health Organization, 2020. Disponível em: <https://iris.who.int/handle/10665/338677>. Acesso em: 31 mar. 2026.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Guidelines on physical activity and sedentary behaviour**. Geneva: World Health Organization, 2020.

PAGE, M. J. et al. **The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews**. *Systematic Reviews*, London, v. 10, n. 89, 2021.

PUBMED. **National Library of Medicine**. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov>. Acesso em: 10 abr. 2026.

SHERRINGTON, C. et al. **Exercise for preventing falls in older people living in the community**. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, London, n. 1, 2019.

SCIELO. **Scientific Electronic Library Online**. Disponível em: <https://www.scielo.org>. Acesso em: 10 abr. 2026.

SOUZA, M. T.; SILVA, M. D.; CARVALHO, R. **Revisão integrativa: o que é e como fazer**. *Einstein (São Paulo)*, São Paulo, v. 8, n. 1, p. 102-106, 2010.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Decade of healthy ageing: baseline report**. Geneva: World Health Organization, 2020.