

## ASPECTOS FISIOTERAPÊUTICOS CONTRIBUINTES NA PREVENÇÃO DE QUEDAS EM PESSOAS IDOSAS

Vítor Medeiros da Nóbrega Xavier, Deise Correia de Araújo Silva, Beatriz Marinheiro Nunes, Welma Magalhães Vieira de Brito, Maiscela Bezerra de Lima, Yvinah Carvalho Castro Cunha, Ana Cristina Silveira Martins, Cícera Patrícia Daniel Montenegro

### RESUMO

**INTRODUÇÃO:** O aumento da expectativa de vida nos últimos anos, proporcionou o desenvolvimento de modalidades terapêuticas favoráveis à saúde e bem-estar das pessoas idosas. As limitações funcionais, perda de equilíbrio postural, diminuição da elasticidade, comprimento e número de fibras musculares, redução de atividades que requeiram um sistema motor mais forte e resistente associados às doenças neurológicas advindas do envelhecimento, podem contribuir para episódios de quedas. **OBJETIVO:** Analisar o impacto da fisioterapia como método de prevenção de quedas em idosos. **MÉTODO:** trata-se de um estudo metodológico, quanti-qualitativo com busca de artigos científicos nas bases de dados Google Scholar, LILACS e Medical Literature Analysis and Retrieval System On-line (MEDLINE/PubMed), utilizando as palavras-chave “Envelhecimento”, “Fisioterapia”, “Prevenção” e “Qualidade de vida”, operador booleano and e estratégia População, Interesse e Contexto (PICO), no período de 2015 a 2020. **RESULTADOS:** os dados obtidos compreenderam a análise de 13 artigos, demonstrando que a intervenção fisioterapêutica em idosos proporciona melhorias do equilíbrio e coordenação motora, força muscular e flexibilidade, com consequente diminuição de quedas. **CONCLUSÃO:** A fisioterapia mostra-se como modalidade terapêutica relevante na prevenção do risco de quedas em idosos, possibilitando intervenção e orientações a serem seguidas pelo idoso e seu cuidador, contribuindo assim, para qualidade de vida e o envelhecer saudável.

Palavras Chaves: Envelhecimento; Fisioterapia; Prevenção; Qualidade de vida.