

IMPORTÂNCIA DA FISIOTERAPIA HOME CARE NA QUALIDADE DE VIDA DE IDOSOS

IMPORTANCE OF HOME CARE PHYSIOTHERAPY IN THE QUALITY OF LIFE OF ELDERLY PEOPLE

IMPORTANCIA DE LA FISIOTERAPIA DOMICILIARIA EN LA CALIDAD DE VIDA DE LAS PERSONAS MAYORES

Cristiane Campos Machado¹
Mikael de Sousa Magalhães²
Juliana Prencesa Saraiva³
Divina Glória da Silva⁴
Francielle Apolinário de Andrade Sousa⁵
Halline Cardoso Jurema⁶

RESUMO: O envelhecimento populacional é um dos fenômenos mais significativos do século XXI. A taxa de crescimento da população idosa mundial é de aproximadamente 3% ao ano e, estima-se que, em 2050, essa população será formada por 2,1 bilhões de pessoas. Logo, o objetivo da pesquisa foi evidenciar a importância da fisioterapia *home care* na qualidade de vida do idoso, analisando os benefícios na reabilitação funcional na melhora da mobilidade dos idosos. Trata-se de uma revisão bibliográfica, a busca de artigos científicos foi realizada através das bases de dados: Biblioteca Virtual em Saúde, Scientific Electronic Library Online e Google Acadêmico, sendo selecionados artigos disponíveis na íntegra, publicados no período de 2015 a 2025, com acesso gratuito e que abordavam a temática proposta. A análise dos estudos selecionados evidenciou que a fisioterapia domiciliar exerce um impacto positivo na qualidade de vida de idosos em cuidados *home care*, promovendo melhorias funcionais, cognitivas e emocionais. Os achados corroboram a relevância dessa abordagem para aumentar a mobilidade, reduzir a dor e prevenir complicações associadas à imobilidade e à fragilidade em idosos. Sendo assim, esse estudo é relevante não apenas para fortalecer a prática baseada em evidências, mas também para subsidiar políticas públicas que incentivem a ampliação dos serviços de atenção ao idoso.

Palavras-chave: Idoso. Fisioterapia. *Home Care*. Qualidade de vida.

¹ Graduanda do curso de Fisioterapia, pelo Centro Universitário Planalto do Distrito Federal (UNIPLAN).

² Graduando do curso de Fisioterapia, pelo Centro Universitário Planalto do Distrito Federal (UNIPLAN).

³ Graduanda do curso de Fisioterapia, pelo Centro Universitário Planalto do Distrito Federal (UNIPLAN).

⁴ Graduanda do curso de Fisioterapia, pelo Centro Universitário Planalto do Distrito Federal (UNIPLAN).

⁵ Coordenadora. Fisioterapeuta pela Universidade de Gurupi (UnirG). Especialista em Estética Clínica Avançada (IPGS). Docente do curso de Fisioterapia do Centro Universitário Planalto do Distrito Federal (UNIPLAN).

⁶ Orientadora. Enfermeira pela Universidade de Gurupi (UnirG). Mestre em Biotecnologia (UFT). Docente do curso de Fisioterapia do Centro Universitário Planalto do Distrito Federal (UNIPLAN).

ABSTRACT: Population aging is one of the most significant phenomena of the 21st century. The global elderly population is growing at approximately 3% per year, and it is estimated that by 2050, this population will number 2.1 billion. Therefore, the objective of this research was to highlight the importance of homecare physiotherapy in the quality of life of older adults, analyzing the benefits of functional rehabilitation in improving mobility. This is a literature review; scientific articles were searched through the Virtual Health Library, Scientific Electronic Library Online, and Google Scholar databases. Full-text articles published between 2015 and 2025, with free access, and addressing the proposed topic were selected. Analysis of the selected studies showed that homecare physiotherapy has a positive impact on the quality of life of older adults in homecare, promoting functional, cognitive, and emotional improvements. The findings corroborate the relevance of this approach for increasing mobility, reducing pain, and preventing complications associated with immobility and frailty in older adults. Therefore, this study is relevant not only to strengthen evidence-based practice, but also to support public policies that encourage the expansion of care services for the elderly.

Keywords: Elderly. Physiotherapy. Home Care. Quality of life.

RESUMEN: El envejecimiento poblacional es uno de los fenómenos más significativos del siglo XXI. La población mundial de adultos mayores crece aproximadamente un 3% anual y se estima que para 2050 alcanzará los 2.100 millones. Por lo tanto, el objetivo de esta investigación fue destacar la importancia de la fisioterapia domiciliaria en la calidad de vida de los adultos mayores, analizando los beneficios de la rehabilitación funcional para mejorar la movilidad. Se realizó una revisión bibliográfica; se buscaron artículos científicos en las bases de datos de la Biblioteca Virtual en Salud, la Biblioteca Electrónica Científica en Línea y Google Académico. Se seleccionaron artículos completos publicados entre 2015 y 2025, de libre acceso, que abordaran el tema propuesto. El análisis de los estudios seleccionados mostró que la fisioterapia domiciliaria tiene un impacto positivo en la calidad de vida de los adultos mayores en atención domiciliaria, promoviendo mejoras funcionales, cognitivas y emocionales. Los hallazgos corroboran la relevancia de este enfoque para aumentar la movilidad, reducir el dolor y prevenir las complicaciones asociadas con la inmovilidad y la fragilidad en los adultos mayores. Por lo tanto, este estudio es relevante no sólo para fortalecer la práctica basada en evidencia, sino también para apoyar políticas públicas que incentiven la expansión de los servicios de atención a las personas mayores.

2

Palabras clave: Adulto mayor. Fisioterapia. Atención domiciliaria. Calidad de vida.

INTRODUÇÃO

Nas últimas décadas, a atenção voltada aos problemas de saúde relacionados ao envelhecimento tem aumentado significativamente, acompanhando o crescimento da expectativa de vida em nível global. Garantir qualidade de vida para a população idosa torna-se uma tarefa complexa, pois, apesar de a longevidade ser uma conquista social importante, ela precisa ser adequadamente valorizada (BORBA et al., 2019).

Dessa forma, o aumento da população idosa é resultado, principalmente, da alta taxa de

fertilidade nas décadas de 1950 e 1960 e da redução da mortalidade entre os idosos em comparação com os níveis atuais de fertilidade. A queda nas taxas de fertilidade gerou mudanças significativas na estrutura etária do Brasil, ressaltando a importância crescente da população idosa e acelerando o processo de envelhecimento social. Além disso, a maior sobrevivência dos idosos tem prolongado sua longevidade, aumentando sua representatividade e modificando o topo da pirâmide etária (MREJEN; NUNES; GIACOMIN, 2023).

Sendo assim, esta pesquisa justifica-se pela crescente demanda por cuidados especializados voltados para a população idosa, especialmente no contexto do envelhecimento populacional e do aumento das condições crônicas que levam à restrição ao leito. O atendimento terapêutico surge como uma estratégia relevante para promover maior conforto e qualidade de vida, ao mesmo tempo em que favorece a humanização dos cuidados.

No âmbito do *home care*, o fisioterapeuta emerge como um protagonista essencial, cuja missão é proporcionar uma melhoria significativa na qualidade de vida dos pacientes diretamente em suas casas. Além disso, desempenha papel crucial na promoção da independência funcional e na recuperação daqueles que devem continuar recebendo tratamento fora de ambientes hospitalares.

Diante do contexto apresentado, elencou-se o seguinte problema de pesquisa: Qual a importância da fisioterapia *home care* na qualidade de vida de idosos?

3

Diante dos fatos supracitados enfatizou a seguinte hipótese: A fisioterapia *home care* é eficaz em melhorar a qualidade de vida de idosos, reduzindo a dor e o desconforto, melhorando a funcionalidade e mobilidade, prevenindo quedas e promovendo a independência

A produção textual dessa pesquisa traz como objetivo geral evidenciar a importância da fisioterapia *home care* na qualidade de vida do idosos, analisando os benefícios na reabilitação funcional na melhora da mobilidade dos idosos. Entre os objetivos específicos, estão: avaliar como a fisioterapia *home care* pode melhorar a capacidade funcional dos idosos, permitindo que eles realizem atividades diárias com mais facilidade e independência; compreender o envelhecimento populacional e seus desafios na atualidade e valorizar a fisioterapeuta na qualidade de vida, na prevenção e recursos aplicados em *home care* para idosos.

Sendo assim, esse estudo é relevante não apenas para fortalecer a prática baseada em evidências, mas também para subsidiar políticas públicas que incentivem a ampliação dos serviços de atenção ao idoso. A fisioterapia, nesse contexto, cumpre um papel fundamental na

promoção de saúde e na reabilitação de idosos acamados, ajudando a enfrentar os desafios impostos pelo envelhecimento e a melhorar a qualidade de vida dessa população.

MÉTODOS

Trata-se de uma pesquisa descritiva, com análise baseada em revisão narrativa da literatura, por se tratar de uma abordagem ampla que descreve o tema sob o ponto de vista teórico e contextual, permitindo identificar fatores que determinam ou contribuem para a ocorrência dos fenômenos.

Para a realização da pesquisa bibliográfica, foram utilizados artigos científicos e documentos técnicos localizados nas bases de dados Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), *Scientific Electronic Library Online* (SciELO) e o *Google Acadêmico* como fonte suplementar.

A seleção dos estudos ocorreu em etapas. Inicialmente, fez-se uma pré-seleção a partir da leitura de títulos e resumos. Em seguida, os artigos pré-selecionados foram analisados na íntegra, obedecendo aos critérios de inclusão e exclusão previamente definidos.

Os critérios de inclusão compreenderam: publicações em português, espanhol ou inglês, com disponibilidade de texto completo nas bases de dados, no período de publicação entre 2015 e 2025, estudos que identificassem ou descrevessem a importância da fisioterapia em *home care* na qualidade de vida de idosos. Foram excluídos os estudos anteriores a 2015, que, mesmo dentro da temática, não respondessem ao objetivo proposto e publicações sem acesso ao texto completo.

Após as análises, foram encontrados 55 estudos, dos quais 10 atenderam a todos os critérios e foram utilizados para compor a discussão. Para a extração, apresentação e análise dos dados, aplicou-se um quadro contendo: autor, ano, objetivo e tipo de estudo.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A revisão narrativa foi composta por 10 artigos que nortearam o estudo, possibilitando a organização das evidências encontradas. Essas evidências abordaram os aspectos essenciais ao tema e permitiram identificar questões que podem ser exploradas em pesquisas futuras (Quadro 1).

Quadro 1. Estudos selecionados para compor a Revisão Narrativa.

Autor/ano	Título	Objetivo	Tipo de Pesquisa
BRAGA et al., (2016)	Oferta e demanda na atenção domiciliar em saúde	Analisar as produções científicas da América Latina, Europa e Estados Unidos da América, quanto à configuração das relações entre oferta, demanda e necessidades de saúde relacionadas à Atenção Domiciliar em saúde.	Revisão Integrativa
SOUSA; RIBEIRO; RIBEIRO (2018)	Atuação do fisioterapeuta no Programa Melhor em Casa	Caracterizar o perfil e a atuação dos Fisioterapeutas do Programa Melhor em Casa da cidade de Sobral (CE).	Pesquisa Qualitativa
BORBA et al., (2019)	A Política Nacional da Saúde do Idoso em perspectiva	Compreender o processo de implementação desta política a partir de estudos já publicados	Pesquisa bibliométrica de caráter qualitativo
GÓIS et al., (2019)	Fisioterapia domiciliar aplicada ao idoso	Verificar a prevalência dos tipos de fisioterapia realizada num grupo de pacientes em atendimento domiciliar no Estado do Rio de Janeiro, no período de 1999 até 2002, e sua resposta ao tratamento.	Pesquisa quantitativa de Epidemiologia
SILVA; SANTOS (2019)	A importância da aproximação entre fisioterapeuta e o cuidador de pacientes sob cuidados domiciliares	Elucidar sobre a importância da aproximação entre o cuidador e o fisioterapeuta de pacientes que recebem cuidados domiciliares.	Pesquisa Bibliográfica
MENEGATTI; FANTIN; JÚNIOR (2021)	Influência do atendimento fisioterapêutico <i>home care</i> em idosos pós-COVID-19	Verificar a influência do atendimento fisioterapêutico em pacientes submetidos ao atendimento domiciliar.	Estudo descritivo, transversal e quantitativo de campo
ASSENDER et al., (2022)	Fatores individuais e organizacionais no	Explorar como o estresse percebido no trabalho pelos	Pesquisa exploratória transversal

	ambiente de trabalho psicossocial estão associados à tensão no trabalho dos profissionais de assistência domiciliar: um estudo transversal sueco	profissionais de assistência domiciliar está associado e em que medida pode ser explicado por fatores individuais e organizacionais do ambiente psicossocial de trabalho e da saúde psicossomática.	
HORGAN et al., (2022)	Aprimorando o atendimento domiciliar formal existente para melhorar e manter o status funcional em idosos: resultados de um estudo de viabilidade sobre a implementação do <i>Care to Move</i> (CTM) (Cuidado para se mover) em um ambiente de saúde irlandês	Investigar a viabilidade e aceitabilidade da implementação de abordagens de CTM para adultos mais velhos que vivem na comunidade e que estão recebendo cuidados domiciliares na Irlanda.	Estudo de Viabilidade
DAWSON et al., (2024)	Experiências de idosos, fisioterapeutas e equipe de cuidados a idosos no programa de tele fisioterapia TOP UP: estudo de entrevistas sobre as intervenções do TOP UP	Descrever as experiências e a aceitabilidade da intervenção TOP UP para idosos, fisioterapeutas e trabalhadores e gerentes de apoio a idosos e obter uma compreensão profunda da implementação do programa.	Ensaio clínico randomizado híbrido
SILVA; PINHEIRO (2024)	A importância da fisioterapia na qualidade de vida dos idosos	Demonstrar a importância da fisioterapia na qualidade de vida dos idosos.	Revisão Bibliográfica

Fonte: Dados da Pesquisa (2025).

Indícios mostram que o cuidado domiciliar começou nos anos 1960, mas foi em 1990, com a criação do Sistema Único de Saúde (SUS), que esse modelo de atendimento ganhou maior destaque e reconhecimento (BRAGA et al., 2016; SILVA; SANTOS, 2019).

Assim como em outros países no mundo, as mudanças no perfil demográfico e epidemiológico no Brasil também necessitam de adaptação do modelo de atenção em saúde, tornando-o ponto de cuidado estratégico. O processo de envelhecimento populacional é um fator que impulsiona a preocupação dos sistemas de saúde em relação a novos modelos de cuidado (BORBA et al., 2019).

A análise dos estudos selecionados evidencia que a fisioterapia domiciliar exerce um impacto positivo na qualidade de vida de idosos em cuidados *home care*, promovendo melhorias funcionais, cognitivas e emocionais. Os achados corroboram a relevância dessa abordagem para aumentar a mobilidade, reduzir a dor e prevenir complicações associadas à imobilidade e à fragilidade em idosos (GÓIS et al., 2019).

No contexto domiciliar, o fisioterapeuta avalia e trata patologias que afetam a mobilidade, equilíbrio e coordenação dos pacientes, sendo essencial na reabilitação de pacientes com condições crônicas e incapacitantes (SOUSA; RIBEIRO; RIBEIRO, 2018; SILVA; SANTOS, 2019).

Outro aspecto relevante é a viabilidade da fisioterapia domiciliar como alternativa a modelos tradicionais de reabilitação. Horgan et al., (2022) demonstraram que a implementação do método *Care to Move* melhorou a funcionalidade e a autoconfiança dos idosos, mesmo em um contexto de desafios logísticos impostos pela pandemia de COVID-19. Além disso, estudos como o de Dawson et al., (2024) sugerem que programas de tele fisioterapia podem ser eficazes, ampliando o acesso à reabilitação e possibilitando intervenções de baixo custo e alta adesão.

Os resultados também indicam que a fisioterapia domiciliar contribui para o bem-estar psicológico dos idosos, reduzindo a sobrecarga dos cuidadores e melhorando a interação social e o suporte emocional. A análise dos estudos demonstra que a fisioterapia domiciliar tem um impacto positivo na qualidade de vida de idosos em cuidados *home care*, promovendo benefícios funcionais, psicológicos e sociais (DAWSON et al., 2024).

Menegatti, Fantin e Júnior (2021) destacam que os pacientes relataram melhora no bem-estar geral, valorizando a interação com o fisioterapeuta e demonstrando contentamento com a assistência recebida. Além disso, a maioria dos participantes indicaria a fisioterapia a outros idosos, evidenciando sua relevância como estratégia terapêutica.

Outro aspecto relevante é a redução da sobrecarga dos cuidadores e do estresse ocupacional dos profissionais de saúde. Assander et al., (2022) apontam que programas de reabilitação bem estruturados não apenas melhoram a saúde física e psicossocial dos idosos, mas

também proporcionam mais autonomia e bem-estar. Além disso, estratégias multidimensionais de intervenção podem contribuir para reduzir o estresse dos profissionais, aprimorando a qualidade do cuidado prestado.

A abordagem multidisciplinar na fisioterapia domiciliar também se mostra eficaz para potencializar os benefícios terapêuticos. No estudo de Silva e Pinheiro (2024), a fisioterapia regular, integrada a outras especialidades, resultou em respostas motoras positivas e na prevenção de complicações. A atenção personalizada e contínua, com suporte de profissionais especializados, favoreceu a autonomia dos pacientes idosos e reduziu o estresse familiar, fortalecendo o papel da fisioterapia no contexto *home care*.

Diante desses achados, reforça-se a necessidade de ampliar e qualificar os serviços de fisioterapia domiciliar, garantindo um atendimento mais acessível, humanizado e adaptado.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A fisioterapia domiciliar se mostra uma estratégia eficaz para promover a qualidade de vida de idosos em *home care*, oferecendo benefícios funcionais, emocionais e sociais. A literatura analisada demonstra que essa abordagem contribui para a melhora da mobilidade, redução da dor e prevenção de complicações associadas à imobilidade. Além disso, a reabilitação domiciliar favorece a independência funcional e o bem-estar psicológico, reduzindo a sobrecarga dos cuidadores e fortalecendo o suporte social.

No entanto, há desafios significativos que precisam ser abordados para garantir a eficácia e a sustentabilidade desse modelo de cuidado, como a integração mais efetiva com a atenção primária e outros serviços de saúde para garantir um cuidado contínuo e mais abrangente, que não se limite apenas à reabilitação. Além disso, é importante possibilitar a capacitação contínua dos fisioterapeutas para acompanhar as inovações no campo da fisioterapia domiciliar e as melhores práticas de cuidado.

O fortalecimento dessas áreas pode levar a um atendimento domiciliar mais eficaz e humanizado, assegurando a continuidade do cuidado e promovendo a integralidade e a humanização do atendimento. Diante desses achados, recomenda-se a ampliação dos serviços de fisioterapia domiciliar, associando abordagens presenciais e remotas para garantir maior acessibilidade e efetividade do cuida.

REFERÊNCIAS

- ASSANDER, Susanne et al. Individual and organisational factors in the psychosocial work environment are associated with home care staffs' job strain: a Swedish cross-sectional study. **BMC health services research**, v. 22, n. 1, p. 1418, 2022.
- BRAGA, Patrícia Pinto et al. Oferta e demanda na atenção domiciliar em saúde. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 21, p. 903-912, 2016.
- BORBA, Érika Loureiro et al. A Política Nacional da Saúde do Idoso em perspectiva. **RASI, Volta Redonda/RJ**, v. 5, n. 1, p. 41-56, 2019.
- DAWSON, Rik et al. Experiences of older adults, physiotherapists, and aged care staff in the TOP UP telephysiotherapy program: interview study of the TOP UP interventions. **JMIR aging**, v. 7, p. e53010, 2024.
- GÓIS, Ana Luzia Batista de; VERAS, Renato Peixoto. Fisioterapia domiciliar aplicada ao idoso. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 9, n. 2, p. 49-62, 2019.
- HORGAN, Frances et al. Enhancing existing formal home care to improve and maintain functional status in older adults: results of a feasibility study on the implementation of Care to Move (CTM) in an Irish healthcare setting. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 19, n. 18, p. 11148, 2022.
- MENEGATTI, Ana Paula Lemes; FANTIN, Rosangela Aparecida Brenneisen; JÚNIOR, Luciano Bernardes. Influência do atendimento fisioterapêutico home care em idosos pós-COVID-19. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 7, n. 8, p. 318-332, 2021.
- MREJEN, Matías; NUNES, Letícia; GIACOMIN, Karla. Envelhecimento populacional e saúde dos idosos: O Brasil está preparado. **São Paulo: Instituto de Estudos para Políticas de Saúde**, 2023.
- SILVA, Erika Barboza da; SANTOS, Jessica Castro dos. A importância da aproximação entre fisioterapeuta e o cuidador de pacientes sob cuidados domiciliares. 2019. 43 f. Monografia (Graduação em Fisioterapia) - **Faculdade de Educação e Meio Ambiente – FAEMA**, Ariquemes, 2019.
- SOUSA, Marília Silveira; RIBEIRO, Maria Dandara Alves; RIBEIRO, Mara Dayanne Alves. Atuação do fisioterapeuta no Programa Melhor em Casa. **Revista de Pesquisa em Saúde**, v. 19, n. 1, p. 24-28, 2018.