

A IMPORTÂNCIA DO ACOMPANHAMENTO FISIOTERAPÊUTICO NO CUIDADO DE UMA PACIENTE COM ALZHEIMER: RELATO DE EXPERIÊNCIA

THE IMPORTANCE OF PHYSIOTHERAPEUTIC FOLLOW-UP IN THE CARE OF A PATIENT WITH ALZHEIMER'S: AN EXPERIENCE REPORT

Jordana Borges de Souza¹
Marcus Vinicius Rodrigues dos Santos²
Michael Ricardo Rodrigues Silva³
Rodrigo Nunes dos Santos⁴
Halline Cardoso Jurema⁵
Ivonete Rodrigues⁶

RESUMO: O presente relato de experiência aborda o acompanhamento fisioterapêutico de uma paciente idosa diagnosticada com Doença de Alzheimer em estágio leve. A patologia, de caráter degenerativo e progressivo, compromete a memória, a cognição e a autonomia funcional do indivíduo, exigindo cuidados contínuos e humanizados. O objetivo deste relato é destacar a importância do acompanhamento fisioterapêutico em uma paciente com lesões neurológicas, especificamente portadora da doença de Alzheimer. A paciente, de 74 anos, apresentou bom prognóstico e respondeu positivamente ao protocolo terapêutico, que incluiu exercícios aeróbios, reabilitação cognitiva, estimulação motora e musicoterapia. Foram realizadas 10 sessões de fisioterapia em um período de dois meses, com melhora perceptível no equilíbrio, na interação social e no bem-estar geral. Observou-se também a relevância do envolvimento familiar e da abordagem interdisciplinar no processo de reabilitação. Apesar da interrupção precoce do tratamento, os resultados obtidos evidenciam o papel essencial da fisioterapia na manutenção da funcionalidade e na desaceleração dos efeitos da doença. Conclui-se que o atendimento fisioterapêutico humanizado contribui de forma significativa para o conforto, a segurança e a dignidade do idoso com Alzheimer.

Palavras-chave: Doença de Alzheimer. Fisioterapia. Idoso. Humanização.

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

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

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

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

⁵Orientadora. Enfermeira pela Universidade de Gurupi (UnirG). Mestre em Biotecnologia (UFT). Docente do curso de Fisioterapia do Centro Universitário Planalto do Distrito Federal (UNIPLAN).

⁶Coorientadora. Fisioterapeuta pela Universidade de Gurupi (UnirG). Especialista em Traumatologia-Ortopédica e Acupuntura.

ABSTRACT: This experience report addresses the physiotherapy follow-up of an elderly patient diagnosed with mild Alzheimer's disease. This degenerative and progressive pathology compromises memory, cognition, and functional autonomy, requiring continuous and humanized care. The objective of this report is to highlight the importance of physiotherapy follow-up in a patient with neurological lesions, specifically Alzheimer's disease. The 74-year-old patient presented a good prognosis and responded positively to the therapeutic protocol, which included aerobic exercises, cognitive rehabilitation, motor stimulation, and music therapy. Ten physiotherapy sessions were conducted over a two-month period, with noticeable improvements in balance, social interaction, and overall well-being. The relevance of family involvement and an interdisciplinary approach in the rehabilitation process was also observed. Despite the early interruption of treatment, the results obtained demonstrate the essential role of physiotherapy in maintaining functionality and slowing the effects of the disease. It is concluded that humanized physiotherapy care contributes significantly to the comfort, safety, and dignity of elderly people with Alzheimer's disease.

Keywords: Alzheimer's disease. Physiotherapy. Elderly. Humanization.

INTRODUÇÃO

A velhice é um processo humano no qual todos os seres humanos poderão vivenciar, esse período, entretanto, pode vir acompanhado por problemas que afetam à autonomia da pessoa, provocando a necessidade de cuidados específicos.

A Doença de Alzheimer (DA), dentro desse contexto, é uma das patologias que geralmente surgem conforme a idade avança. Sendo uma Doença Crônica não Transmissível (DCNT), a DA ainda não tem cura. Por ter uma natureza degenerativa do sistema nervoso central, o idoso acometido pela patologia passa a necessitar de cuidados integrais por parte de familiares ou cuidadores. Uma assistência que, de certa forma, necessita de muito preparo psicológico, devido à complexidade que a doença afeta a percepção do idoso e a forma que isso se traduz aos familiares, por se tratar de uma mudança de estilo de vida drástica.

A família, nesse sentido, tem como desafio enfrentar as particularidades e problemáticas que a DA traz consigo, a dor do luto da memória, mas também com os medos e temores do familiar com Alzheimer, o que pode transformá-lo de uma pessoa gentil e carinhosa, em alguém assustada e agressiva. Atividades normais e corriqueiras, como por exemplo, o banho, pode se tornar algo invasivo e vexatório. É preciso compreender todas as nuances que a DA traz consigo para que não se ceda ao senso comum do isolamento social do idoso, atitude que pode afetar mais ainda seu estado emocional.

Mesmo que não haja nenhum tratamento suficientemente capaz de prevenir ou amenizar a progressão da doença, é necessário lembrar que o paciente acometido com

Alzheimer continua sendo uma pessoa física dotada de direito, ainda que seja totalmente incapaz. Portanto, em um momento que aguça ainda mais a vulnerabilidade de uma pessoa idosa, é necessário que esse tenha um tratamento humanizado e visando o seu bem-estar, para que ele possa passar seus últimos dias em conforto, paz, qualidade de vida e cuidados paliativos humanizados.

No Brasil, cerca de 1,2 milhão pessoas vivem com alguma forma de demência e 100 mil novos casos são diagnosticados por ano. Em todo o mundo, o número chega a 50 milhões de pessoas. Segundo estimativas da *Alzheimer's Disease International* (ADI), os números poderão chegar a 74,7 milhões em 2030 e 131,5 milhões em 2050, devido ao envelhecimento da população. Esse cenário mostra que a doença caracteriza uma crise global de saúde que deve ser enfrentada (ARAÚJO et al., 2023).

Os cuidados com paciente idoso com Alzheimer são complexos. O fisioterapeuta desempenha um papel essencial no cuidado ao idoso com Alzheimer, promovendo qualidade de vida e autonomia dentro das limitações impostas pela doença. Os cuidados envolvem a realização de exercícios terapêuticos para manutenção da força muscular, equilíbrio e coordenação motora, prevenindo quedas e complicações associadas à imobilidade. Além disso, são empregadas técnicas de estimulação cognitiva e sensorial que contribuem para retardar a progressão dos sintomas, bem como estratégias de orientação espacial e temporal para reduzir episódios de desorientação. O fisioterapeuta também atua orientando familiares e cuidadores quanto às posturas adequadas, adaptações no ambiente e formas de incentivo à participação do idoso em atividades diárias, favorecendo sua segurança, conforto e bem-estar (BITENCOURT et al., 2018).

3

Diante do contexto apresentado, este relato de experiência tem como objetivo destacar a importância do acompanhamento fisioterapêutico em uma paciente com lesões neurológicas, especificamente portadora da doença de Alzheimer.

DETALHAMENTO DO RELATO

O acompanhamento fisioterapêutico foi realizado com a paciente L.P.D.O., de 74 anos, diagnosticada com DA em estágio leve há mais de dois anos. A paciente, com histórico de hipertensão arterial sistêmica (HAS) e uso contínuo de losartana 50 mg (duas vezes ao dia) e diazepam 10 mg (à noite), não faz uso de medicação específica para o tratamento da DA.

A avaliação inicial foi realizada na clínica de fisioterapia, com a presença de fisioterapeuta e dos acadêmicos do curso de Fisioterapia, responsáveis por acompanhar o caso. Durante o processo de anamnese, observou-se que a paciente se apresentava comunicativa, com boa interação verbal e emocional, apesar de lapsos de memória recente e leves dificuldades de concentração. O prognóstico foi considerado favorável, em virtude da fase inicial da doença e da boa resposta motora apresentada.

Foi elaborado um protocolo de reabilitação individualizado, voltado para a manutenção da força muscular, equilíbrio, coordenação motora e estímulo cognitivo, a fim de preservar a funcionalidade e a autonomia da paciente. As atividades implementadas incluíram:

Exercícios aeróbios leves, voltados à resistência e condicionamento físico;

Reabilitação cognitiva, por meio de jogos simples, atividades de memória e associação de figuras;

Estimulação motora e proprioceptiva, com o uso de bolas e faixas elásticas;

Musicoterapia, empregada como ferramenta de relaxamento, expressão e estímulo à socialização.

Durante o período de dois meses de acompanhamento, foram planejadas 14 sessões fisioterapêuticas, das quais 10 foram efetivamente realizadas, sendo que 4 foram ausentes devido a imprevistos familiares. A equipe acadêmica observou, ao longo das sessões, uma melhora significativa no engajamento da paciente, que demonstrou progressos na execução dos movimentos, maior estabilidade postural e maior disposição para participar das atividades propostas.

Em duas sessões, notou-se palidez facial e olhar distante ao início do atendimento, porém, após aproximadamente 20 minutos de atividades, houve melhora perceptível no humor e na coloração da pele, indicando efeitos positivos da estimulação física e sensorial. Durante todo o processo, manteve-se um ambiente acolhedor e respeitoso, prezando pela autonomia e pelo bem-estar da paciente.

A paciente interrompeu o acompanhamento devido a uma viagem familiar, o que impossibilitou a continuidade do protocolo terapêutico. A família relatou que, apesar da interrupção, a paciente manteve estabilidade clínica e demonstrava satisfação com as atividades desenvolvidas.

DISCUSSÃO

A Doença de Alzheimer é uma doença crônica não transmissível, que atinge principalmente pessoas idosas com idade avançada. A doença não tem cura e faz parte de um grupo de enfermidades chamadas demências. A demência é uma síndrome caracterizada pela perda de habilidades mentais adquiridas ao longo da vida (como a memória ou o senso de orientação), a tal ponto que ocasiona prejuízo na capacidade da pessoa de realizar suas funções cotidianas (SILVEIRA; SOUSA; SANTOS, 2023).

A doença ocorre por causa da perda de sinapses cerebrais que leva à morte neural, atrofia nervosa e cerebral. Isso ocorre devido ao acúmulo de beta-amiloide, que, quando agregados, bloqueiam a sinalização nervosa e inicia processos inflamatórios. Devido as consequências da doença, o portador dela enfrenta uma realidade totalmente avassaladora e desafiadora: a perda de memória, além de aumentar a carga emocional e física dos cuidadores, pode dificultar as conexões sociais, emocionais e familiares. As alterações cognitivas causadas pela Doença de Alzheimer desencadeiam diversos sentimentos no idoso e em seus cuidadores desde a impotência, desesperança, vulnerabilidade, a perda do autocuidado e das relações de autonomia social e familiar (NASCIMENTO et al., 2022).

A Doença de Alzheimer evolui em três estágios: no primeiro, considerado leve, o idoso apresenta confusão e sintomas como perda de memória e falta de noção de espaço, dificuldade em atividades cotidianas e alteração de personalidade. No segundo estágio, considerado moderado, a Doença de Alzheimer evolui para ansiedade, delírios, alucinações, noites agitadas e distúrbio do sono; também há uma grande dificuldade em reconhecer amigos e familiares, até mesmo os mais próximos. Por fim, no terceiro estágio, com a doença em seu estado terminal, é possível observar uma diminuição considerável de vocabulário, a perda de apetite e peso é aparente, também é possível observar um controle esfinteriano e posicionamento fetal insuficientes (SANTOS; RODRIGUES; MONTEIRO, 2020).

Logo, é uma patologia que exige o envolvimento de familiares e da equipe multiprofissional, para que possam proporcionar bem-estar e dignidade ao doente. Os cuidados paliativos devem ser disponibilizados pelos profissionais de saúde, levando-se em conta que parte considerável das famílias brasileiras, especialmente o cuidador do portador de Alzheimer, não recebe adequada orientação ao longo da trajetória da doença e se encontra no limite do cansaço, do desgaste, da angústia, da desesperança (SILVA et al., 2020).

É preciso que haja orientação profissional para que os familiares possam agir de forma humanizada e precisa aos cuidados do idoso acometido pela doença. Entender que, a doença tem suas fases e que é preciso respeitar não somente o idoso, mas também o processo de aceitação que a família precisa para lidar com as consequências dela. Dado o desgaste físico e emocional que a doença de Alzheimer proporciona não somente ao idoso portador da doença, mas também para os familiares e especialmente aquele responsável pelo idoso, é preciso observar os impactos que a doença causa a aqueles que convivem com ela diariamente. Especialmente porque esses impactos podem diminuir consideravelmente a qualidade dos cuidados diários que o portador da patologia necessita (FREITAS et al., 2025).

Ainda que, comumente os cuidadores sejam familiares do idoso, o sentimento e afeto deles podem acabar sucumbindo para o cansaço físico e emocional. A doença demanda muito tempo de cuidado e observação para com aqueles que a tem. É preciso levar em consideração que o cuidar de uma pessoa idosa com demência é bem mais complexo e exigente que o cuidar de uma pessoa idosa com suas faculdades mentais intactas ou levemente deterioradas. À medida em que a doença vai se instalando, a dependência também aumenta. Aparecem as dificuldades na linguagem (fala, adequação de palavras), a pessoa desaprende e como vestir-se, desconhece pessoas com as quais convive, descuida-se da higiene pessoal, tem alucinações (escuta ruídos que outros não ouvem, vê pessoas que não mais existem), mostra-se tensa, inquieta, e aprofunda, com o passar do tempo, a apatia, a tristeza, a desorientação e até mesmo a rigidez muscular (CASTRO; ALVES, 2023).

É preciso entender que, a maioria dos cuidadores, nunca tiveram contato prévio com a doença. E quando expostos a situação de um familiar que desenvolve Alzheimer, necessita-se de apoio e instrução para que não cometa equívocos. Também, ainda, é necessário frisar que, a doença não tem seus impactos em primeiro momento; é uma doença degenerativa, que amplia seus sintomas ao decorrer do tempo, causando um cansaço físico ainda mais grave, devido a progressão que esta causa (MOREIRA et al., 2021).

A saúde mental dos cuidadores também é um ponto a ser destacado; o cuidado excessivo e integral ao idoso com Alzheimer pode ocasionar uma carga de estresse acima do normal no cuidador inexperiente, seja pelo sentimento de insuficiência às necessidades do portador da doença, seja pelas situações que a doença faz ambos vivenciarem. O enfrentamento do Alzheimer, deve ser, antes de tudo, humanizado, não somente ao idoso, mas também ao

cuidador, que muitas vezes tem sua figura humana apagada pela função que este exerce na vida do idoso incapacitado devido a doença (SILVA et al., 2020; MARINHO, 2020).

Nesse contexto, a fisioterapia desempenha um papel fundamental no cuidado de pacientes com Alzheimer, pois contribui significativamente para a manutenção da funcionalidade, da autonomia e da qualidade de vida. Por meio de exercícios específicos, o fisioterapeuta busca preservar as capacidades motoras, o equilíbrio, a coordenação e a força muscular, reduzindo o risco de quedas e complicações decorrentes da imobilidade. Além disso, as atividades fisioterapêuticas estimulam a circulação, a postura e até aspectos cognitivos e emocionais, promovendo bem-estar e interação social. Dessa forma, a fisioterapia não apenas auxilia na reabilitação física, mas também atua como um importante suporte na desaceleração do declínio funcional característico da doença de Alzheimer (FREITAS et al., 2025).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O acompanhamento fisioterapêutico da paciente portadora de DA em estágio leve evidenciou a relevância da fisioterapia como instrumento de promoção da qualidade de vida e preservação da autonomia funcional do idoso. As intervenções realizadas contribuíram não apenas para o condicionamento físico, mas também para o estímulo cognitivo e emocional, aspectos frequentemente comprometidos pela evolução da doença.

A experiência permitiu aos acadêmicos compreenderem de forma prática a importância do cuidado humanizado, da escuta atenta e da empatia no atendimento a pacientes neurológicos, especialmente aqueles com limitações cognitivas. Além disso, destacou-se a necessidade de orientação contínua aos familiares e cuidadores, que desempenham papel essencial no processo terapêutico e na manutenção dos resultados alcançados.

Embora o tratamento tenha sido interrompido antes da conclusão do plano proposto, os resultados observados reforçam que a fisioterapia, aliada à abordagem interdisciplinar e ao apoio familiar, é fundamental para retardar a perda funcional e proporcionar conforto, segurança e dignidade ao paciente com Alzheimer.

Portanto, o caso relatado reafirma a importância de uma atuação fisioterapêutica sensível, contínua e centrada no paciente, que não apenas trata os sintomas físicos, mas também reconhece o ser humano em sua totalidade, suas emoções, memórias e limitações.

REFERÊNCIAS

- ARAÚJO, Sandra Regina Machado et al. Doença de Alzheimer no Brasil: uma análise epidemiológica entre 2013 e 2022. **Research, Society and Development**, v. 12, n. 2, p. e29412240345-e29412240345, 2023.
- BITENCOURT, Eduarda Machado et al. Doença de alzheimer: aspectos fisiopatológicos, qualidade de vida, estratégias terapêuticas da fisioterapia e biomedicina. **Inova Saúde**, v. 8, n. 2, p. 138-157, 2018.
- CASTRO, Sonia Mara Melo de; ALVES, Danielle de Paula Aprigio. Atuação fisioterapêutica em cuidados paliativos na doença de alzheimer. **COGNITIONIS Scientific Journal**, v. 6, n. 1, p. 01-15, 2023.
- FREITAS, Vinicius da Silva et al. Análise dos efeitos da fisioterapia em pacientes com Alzheimer. **Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR**, v. 29, n. 1, p. 379-392, 2025.
- MARINHO, Matheus Falcão Santos. A importância da fisioterapia na doença de Alzheimer. **Environmental Smoke**, v. 3, n. 1, p. 069-078, 2020.
- MOREIRA, Ana Julia Oliveira. A atuação da fisioterapia na fase precoce em pacientes com a doença de Alzheimer: uma revisão bibliográfica. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 7, n. 10, p. 2871-2883, 2021.
- NASCIMENTO, Camila Stefany de et al. Fisioterapia na Doença de Alzheimer. **Revista Científica da Faculdade de Educação e Meio Ambiente**, v. 13, n. edespmulti, 2022.
- SANTOS, Gisandra Cardoso dos; RODRIGUES, Gabriela Meira de Moura; MONTEIRO, Eliane Maria de Oliveira. A influência da fisioterapia em pacientes com Alzheimer. **Revista Liberum Accessum**, v. 4, n. 1, p. 46-53, 2020.
- SILVA, Swelton Rodrigues Ramos da et al. Benefícios do cuidado fisioterapêutico em idosos com demência de Alzheimer: uma revisão integrativa. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 3, n. 3, p. 4532-4546, 2020.
- SILVEIRA, Ernandes Santos; SOUSA, Ester Reis de; SANTOS, Joab Ferreira. Importância da fisioterapia no paciente com Alzheimer. **Research, Society and Development**, v. 12, n. 13, p. e91121344184-e91121344184, 2023.