

ELABORAÇÃO DE MATERIAIS DE BAIXO CUSTO PARA TREINAMENTO FUNCIONAL DE MARCHA DAS IDOSAS DE UMA INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA NA CIDADE DE FORTALEZA/CE, NA DISCIPLINA FISIOTERAPIA NA SAÚDE DO IDOSO

PREPARATION OF LOW-COST MATERIALS FOR FUNCTIONAL GAIT TRAINING FOR ELDERLY PEOPLE AT A LONG-STAY INSTITUTION IN THE CITY OF FORTALEZA/CE, AS SUBJECT OF PHYSIOTHERAPY IN ELDERLY HEALTH CLASS

Anairtes Martins de Melo¹

Camila Cristina Lopes Santos Soares²

1 Introdução

No Brasil e no mundo o envelhecimento populacional já se tornou uma realidade. Idosos por si só apresentam em seu processo normal de envelhecimento condições fisiológicas que se tornam um fator incontestável de riscos para alterações na marcha e consequentemente riscos de quedas (MENDES et. al, 2016).

O envelhecer saudável e ativo é um assunto bastante abordado atualmente. Na área acadêmica este tema é produtivo e enriquecedor, pois vem tomando espaço das publicações de evidências científicas, baseadas em projetos que envolvem a equipe multiprofissional, além da fisioterapia, a psicologia, a educação física, a nutrição,

¹   Possui graduação em Fisioterapia pela Universidade de Fortaleza (UNIFOR) e mestrado em Ensino na Saúde pela Universidade Estadual do Ceará (UECE), Especialização em Ventilação Mecânica (Centro Universitário Estácio), Pós Graduação em Desenvolvimento Infantil (Universidade Federal do Ceará - UFC), Curso de Gerontomotricidade Funcional (NacionalFisio) e Curso de Fisioterapia Hospitalar do Ambulatório a UTI (NacionalFisio). Atualmente é aluna da pós-graduação Lato Sensu em Fisioterapia Gerontológica e Geriátrica pela Faculdade Venda Nova do Imigrante (FAVENI). É docente do Centro Universitário UNIFANOR. Tem experiência na área de atuação de Fisioterapia Hospitalar, Domiciliar (Gerontologia) e de Educação (Estratégias de Ensino Superior) atuando principalmente nos seguintes temas: Fisioterapia, Idosos, Tecnologia em Saúde, Gerontologia e sub áreas: Fisioterapia Respiratória, Fisioterapia Hospitalar e Acidentes por queda.

²  Graduada em Fisioterapia pelo Centro Universitário UniFanor Wyden. Pós-Graduada em Fisioterapia Cardio-Respiratória pela Universidade de Fortaleza (UNIFOR), Pós-Graduada em Fisioterapia Hospitalar com Ênfase em Unidade de Terapia Intensiva (Nacionalfisio), além de Pós Graduada em Fisioterapia em Oncologia (Nacionalfisio). Está Pós Graduada em Fisioterapia Neurológica pela Instituição Estácio Ceará. Tem experiência na área de atuação em Fisioterapia Hospitalar (Enfermaria e UTI) e de Educação em campo de estágios supervisionados. Foi preceptora de campo de estágio Hospitalar (Estágio IV) pela UniFanor Wyden, com extensão para o Hospital Dr. Carlos Alberto Studart Gomes (Hospital de Messejana), unidades operatórias cardíaca e unidade respiratória até o ano de 2023.2.

trazendo evidências de benefícios e melhoria de qualidade de vida a essa população. É normal também que ocorra o aparecimento de patologias associadas ao envelhecimento, dando destaque às doenças crônico-degenerativas, as quais afetam em sua grande maioria as regiões do cérebro responsáveis pelo controle postural e equilíbrio, predispondo o idoso a alterações de marcha e riscos de quedas (MENDES et. al, 2016).

A queda é um evento não intencional resultando em uma mudança da posição inicial do indivíduo para um mesmo nível ou nível mais baixo e sua natureza multifatorial é caracterizada como sendo uma síndrome geriátrica complexa que envolve a interação de várias condições clínicas (MENDES et. al, 2016).

Na disciplina de Fisioterapia na Saúde do Idoso do curso de Fisioterapia no Centro Universitário Fanor Wyden – UniFanor Wyden, em um momento de aula expositiva dialogada, foi instigado aos estudantes pela discente os seguintes questionamentos: “Quais as mais evidentes alterações sistêmicas experimentadas pelo idoso em seu processo normal de envelhecimento que os levam a alteração de marcha? E O que o fisioterapeuta diante da identificação de alterações da marcha pode propor em sua terapêutica?”. Percebeu-se através das respostas a estas perguntas que seria possível articular o conteúdo teórico com a prática na ação de extensão, pois o papel da fisioterapia é através do conhecimento despertar o olhar para manter e melhorar a funcionalidade do idoso.

A fisioterapia desempenha um papel importante na prevenção das quedas, proporcionando uma otimização do quadro motor e do equilíbrio do idoso, além de oferecer na educação em saúde, informações e orientações aos pacientes e seus cuidadores (PIOVESAN; PIVETTA; PEIXOTO, 2011).

Ainda, quando se articulou a ação de extensão em uma ILPI foi avistado a carência de materiais para o uso e realização de atendimentos de Fisioterapia com foco na funcionalidade da marcha, dessa forma, pensou-se que ação poderia perpassar um atendimento de funcionalidade, passando a amplitude de criação de materiais de baixo custo para serem doados a instituição com o propósito de serem utilizados sempre que o objetivo do atendimento fisioterapêutico fosse melhorar a condição na marcha do idoso, prevenindo assim o risco de queda e viabilizando a qualidade de vida.

Mediante a isto, percebe-se que a prática extensionista na disciplina de Fisioterapia na Saúde do Idoso pode se tornar extremamente benéfica, pois permite a comunicação de saberes, conhecimentos e atitudes para atender a uma população que necessita de cuidados e atenção na sua condição de saúde, e ainda, os alunos são instigados a identificar os problemas e tratarem ou minimizarem com as práticas de extensão.

As instituições de longa permanência (ILP) no Brasil vem tomando um espaço importante devido ao crescimento acentuado da população em idade mais avançada. Essas mudanças impõem o reconhecimento da necessidade de se estabelecer alternativas de cuidados não familiares ou formais para a população idosa fragilizada e

desperta um debate sobre a provisão e a qualidade dos cuidados de longa duração (GUIMARÃES et al., 2023).

A Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa (PNSPI), instituída pela Portaria nº 2.528 de 19 de outubro de 2006, orienta as ações de saúde da pessoa idosa no Brasil, propondo um cuidado longitudinal na perspectiva do envelhecimento ativo promovendo a recuperação, manutenção e promoção da autonomia e independência dos indivíduos idosos, porém ainda há diversas dificuldades para o Brasil, nos âmbitos dos papéis de cada ente federativo a sua implementação e consolidação (DA SILVA et al., 2022).

2 Apresentação do local

O Recanto do Sagrado Coração chamado também de Associação de Assistência Social Catarina Labouré (CNPJ nº: 07.370.422/0004-40) é uma associação civil e religiosa, de direito privado e caráter formativo e assistencial, sem fins lucrativos. Localizado no bairro Benfica, na Avenida da Universidade, 3106, hoje é dirigido pela Ir. Teresinha Silva dos Santos.

Imagem 1: Recanto Sagrado Coração (fachada externa e jardins internos)



Fonte: Acervo pessoal (2023).

A atenção principal dessa instituição é o acolhimento, cuidado e zelo com idosas em um sistema de longa permanência. Essa associação, que é dirigida por irmãs vicentinas, além do corporal leva a espiritualidade, a evangelização e a missão de servir Jesus Cristo na pessoa dos pobres. O Recanto do Sagrado Coração, além de acolher, em regime institucional 37 idosas vítimas das mais variadas situações de vulnerabilidade. Apresentam também projetos direcionados a outro público-alvo: os moradores de rua e os dependentes químicos em recuperação levando alimentos, solidariedade e o resgate da dignidade da pessoa humana. Que se dedica a prestar assistência diária a 100 pessoas em situação de rua, que aqui encontram condições para higiene, alimentação e acesso a direitos.

O chamado Dispensário dos Pobres, foi iniciado pela irmã Inês Lima, que diz que o Dispensário não quer somente alimentar os necessitados, mas oferecer o resgate da dignidade humana. Para conseguir um dos quartos do abrigo, as senhoras precisam ter

mais de 60 anos, apresentar lucidez para desempenhar os afazeres pessoais e dispor 70% do benefício salarial de aposentadoria. Em alguns casos, o Ministério Público viabiliza a chegada de algumas idosas que se encontram em situação de abandono.

3 Justificativa sobre o projeto/ONG/ação social/instituição escolhido

A seleção da ILPI nomeada Recanto Sagrado Coração de Jesus para a ação de extensão da disciplina de Fisioterapia na Saúde do Idoso, se deu por este local já ser campo de estágio para discentes do curso que permanecem de agosto a dezembro, de segunda a sexta feira, no turno da tarde realizando avaliação das disfunções cinético-funcionais com métodos e técnicas de avaliação específicas para esta população; elaboram programa terapêutico com base nos achados da avaliação cinético-funcional; executam programa terapêutico solucionando as disfunções cinético-funcionais, com recursos disponíveis, acompanhar a evolução clínica registrando em prontuários e relatórios; implementam programas de promoção de saúde produzindo material didático educativo e apresentam estudos de caso criando discussões e seminários das vivências clínicas, supervisionado pela preceptora da IES.

Neste mesmo local também são realizadas visitas técnicas com os objetivos de: Conhecer as atividades desenvolvidas para reabilitação de idosas institucionalizadas; vivenciar as ações de prevenção e promoção de saúde do idoso em ambiente ambulatorial e acompanhar os atendimentos de alunos da disciplina de Estágio III inseridos na ILP. Todas as atividades propostas a serem realizadas pelos alunos ficarão sob a supervisão da Preceptora (Professora/Supervisora) da Instituição de Ensino. A ação extensionista proposta no Recanto Sagrado Coração de Jesus, objetivou:

- Conhecer o espaço físico de uma ILPI filantrópica localizada na cidade de Fortaleza CE;
- Entender como ocorrem as demandas de gestão e cuidado em saúde nesta ILPI filantrópica;
- Analisar o tempo de desenvolvimento da marcha através do Teste de TUG (Timed Up and Go) em idosas que realizam atendimento de fisioterapia na ILPI visitada;
- Desenvolver instrumentos com materiais de baixo custo para realizar atividades que simulem as atividades de funcionalidade da marcha, com o objetivo de melhorar a agilidade, coordenação motora, força e equilíbrio das idosas;
- Promover através dos equipamentos, além do estímulo motor, o cognitivo por meio de materiais coloridos, de diferentes formatos, diversas texturas, trazendo ludicidade e novas experiências aos atendimentos;

Elaboração de materiais de baixo custo para treinamento funcional de marcha das idosas de uma instituição de longa permanência na cidade de Fortaleza/CE, na disciplina fisioterapia na saúde do idoso

- Experienciar a utilidade dos materiais de baixo custo elaborados treinando e realizando um circuito funcional para o desenvolvimento e estímulo da marcha simulando funcionalidades do dia a dia dessas idosas abrigadas.

4 Problemática identificada

A motivação da ação de extensão se deu pela tentativa de suprir uma demanda de escassez de materiais de uso das idosas de uma ILPI, localizada em Fortaleza, para incentivar a estimulação a funcionalidade da marcha nos atendimentos de Fisioterapia.

Portanto, elaborou-se materiais como: escada de agilidade, cones, chapéu chinês, tapetes de propriocepção, halteres para treino de força de membros superiores, obstáculos para treino de altura do passo, step (degrau de altura) e círculos de agilidade.

Imagem 2: Recanto Sagrado Coração (fachada externa e jardins internos)



Fonte: Acervo pessoal (2023).

Além da criação dos materiais foi desenvolvida uma avaliação com o Teste de TUG *Timed Up and Go*, este teste mede, em segundos, a mobilidade funcional dos idosos. O TUG é um dos instrumentos de avaliação da mobilidade que medem o desempenho de aspectos como: equilíbrio e coordenação da marcha de idosos nas atividades diárias normais e de forma indireta serve para identificar risco de queda (BARRY et.al, 2014).

5 Diagnóstico

Durante a proposta de ação extensionista os discentes foram instigados, ainda em sala de aula, a dialogar sobre as alterações sistêmicas presentes no processo de envelhecimento que levam as dificuldades de uma funcionalidade essencial ao ser

humano: o caminhar, pois a temática da aula expositiva se referiria a possibilidade dessa exploração temática.

Diante das reflexões geradas considerou-se que as alterações de marcha em idosos prejudicam sensivelmente a sua autonomia e a sua independência e que a fisioterapia através da essência do estudo do movimento tem o objetivo de atuar para manter e melhorar a funcionalidade do idoso.

Ainda foi articulado a essa reflexão os espaços em que os idosos ocupam na atualidade em nossa cidade que são vinculadas as instituições de ensino, devido a viabilidade de adentrarmos nesse contexto complementando um trabalho acadêmico já iniciado por algum preceptor e seus acadêmicos. Portanto, encontrou-se a possibilidade de articular a ação de extensão da disciplina de Saúde do idoso aos discentes que estão em estágio supervisionado na ILPI Recanto Sagrado Coração.

Para Camarano et al. (2010) no Brasil e no mundo, embora os “asilos constituam a modalidade mais antiga de atendimento ao idoso fora do convívio familiar, ainda não há um consenso sobre o que seja uma ILPI Inicialmente, estas instituições eram dirigidas à população carente, que necessitava de abrigo. Por esta razão, muitas instituições brasileiras se autodenominam abrigos. É o caso, por exemplo, de 6,3% das instituições identificadas pela Pesquisa IPEA. Isso justifica o fato de a carência financeira e a falta de moradia serem alguns dos motivos mais importantes para a busca de uma instituição, e explica por que 65,2% das instituições identificadas pela referida pesquisa serem filantrópicas. Também serve para esclarecer o porquê de estas instituições fazerem parte da rede de serviços da assistência social”.

6 REFERENCIAL TEÓRICO

Segundo Montenegro e Silva (2007) no Brasil e no mundo a tendência de diminuição no ritmo de crescimento e a expansão da população idosa de diferentes países, está cada vez mais presente. A queda de mortalidade leva ao envelhecimento populacional, modificando a pirâmide etária brasileira, porém acompanhando esse evento há o crescimento das doenças relacionadas ao envelhecimento, principalmente as crônico-degenerativas.

Ainda se ressalta que a imobilidade, muito comum nessa fase do desenvolvimento humano, pode gerar a diminuição das funcionalidades fisiológicas. Segundo a Organização das Nações Unidas (ONU), a principal característica demográfica deste século será o envelhecimento, podendo chegar a 3,1 bilhões de idosos em 2100.

Acompanhado a essa mudança demográfica no Brasil, precisam existir políticas públicas que contribuam com as perspectivas desses idosos, pois precisa ser desmistificado no Brasil, que o idoso é um encargo para família e para o estado. Siqueira et al. (2002) afirmam que a repercussão do envelhecimento populacional nas diversas esferas: social, econômica e política da sociedade, ainda continua repercutindo, uma

vez que os idosos possuem necessidades específicas para obtenção de condições de vida adequadas.

Para Uchôa et al. (2002) o envelhecimento humano trás por si só a diminuição da força muscular bem como da massa muscular magra devido ao declínio do número de fibras e apesar dessas alterações normais do envelhecimento deve-se buscar entender e conhecer a vida dos idosos, para que com eles possam ser traçados objetivos levando-se em conta a realização de seus desejos e a continuidade da construção de uma vida adequada, apesar de suas limitações motoras (SAIVASAVI, 2012).

Guimarães e Farinatti (2005) relatam que aproximadamente 30% dos indivíduos com 65 anos caem ao menos uma vez por ano, e ainda a metade destes caem de forma recorrente. A queda traz prejuízos além do ponto de vista motor/ físico como também psicológico, e ainda geram um aumento de custos com a saúde, visto que muitos precisam de hospitalizações e atendimentos especializados.

As quedas podem ocorrer por limitações fisiológicas de equilíbrio, força, visão ou tempo de reação dos idosos que aparecem normalmente com o processo de envelhecimento. Fatores como idade, sexo, doenças, uso de medicamentos e perigos ambientais também tem sido descrito na literatura como predisponentes de quedas. Isso pode variar de grupo para grupo, sendo importante conhecer as peculiaridades dos idosos para que se definam estratégias que possam contribuir com a diminuição do risco (GUIMARÃES; FARINATTI, 2005). Possíveis intervenções podem ser benéficas para diminuir os riscos de quedas em idosos, como o treinamento funcional e a Fisioterapia.

As práticas fisioterapêuticas que objetivam a manutenção funcional da pessoa idosa, promovendo um melhor desempenho nas atividades funcionais, independência, autoconfiança, diminuindo o surgimento de patologias que podem levar esse indivíduo limitação ao convívio social, se apresentam como fundamentais para esta população (DA SILVA, SILVA, DA SILVA, 2022).

Complementam este pensamento Mesquita et al. (2022) quando reforçam que a fisioterapia preventiva e promotora de saúde, vai além do tratamento de patologias, pois na modernidade a ação de reabilitação na Fisioterapia, passou a ter amplitude na prevenção e na promoção da saúde. Alguns estudos ainda relacionam que o sedentarismo e a falta de recursos para a prática de exercícios aos idosos podem limitar os atendimentos de Fisioterapia, visto que esta população precisa de ludicidade aliada aos exercícios físicos.

O custo mais acessível de materiais se comporta como uma alternativa para suprir essa demanda. Conforme Franco et al. (2022) a elaboração de matérias de baixo custo alia a praticidade na criação e no manuseio desses equipamentos colaborando para maior conforto e qualidade de vida ganhando uma grande visibilidade na área da saúde. Por isso, a procura por recursos que proporcione interatividade e facilidade durante o acompanhamento no tratamento fisioterapêutico, propondo uma perspectiva dinâmica na melhora da funcionalidade, equilíbrio e coordenação motora. São utilizados

diversos materiais para a confecção dos equipamentos como: garrafas pets, PVC, papelão e madeira.

Os fatores que são considerados no desenvolvimento dessas ferramentas são: adaptação ao usuário, o custo, o conforto, a estética e a rapidez para a retirada e colocação do acessório. Ainda para Franco et al. (2021) a utilidade desses materiais sustentáveis proporciona ao tratamento de pacientes com dificuldades na coordenação, equilíbrio, benefícios como o melhor desempenho nas atividades diárias, que se comparam com os equipamentos originais.

A elaboração de materiais de baixo custo para o uso da fisioterapia é uma abordagem importante na busca por soluções mais acessíveis e eficazes na área da reabilitação e promoção da saúde. À medida que a fisioterapia evolui e se expande para além da reabilitação tradicional, torna-se cada vez mais evidente a necessidade de adaptar práticas terapêuticas para atender a uma ampla gama de pacientes, especialmente aqueles em situação de vulnerabilidade social.

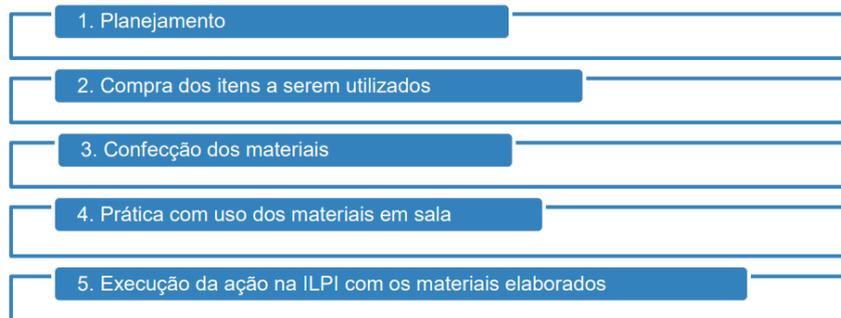
Esta abordagem inovadora busca oferecer alternativas viáveis, que não apenas tornem o tratamento acessível para um público mais amplo, mas também promovam a autonomia e a qualidade de vida dos pacientes, destacando-se como uma resposta importante para desafios de saúde pública e bem-estar (BARBOSA, 2017).

7 Descrição da ação de extensão

Para a execução do projeto, foi necessário a divisão e organização da turma em grupos de trabalho. O projeto ocorreu em etapas, sendo:

- Etapa 1: Planejamento no laboratório de como seria feito a realização dos materiais,
- Etapa 2: Compra dos itens a serem utilizados,
- Etapa 3: Confecção dos materiais recicláveis em sala de aula,
- Etapa 4: Prática com uso dos materiais em sala com os alunos e a professora antes da ação na ILP,
- Etapa 5: Execução da ação de extensão no Recanto do Sagrado Coração.

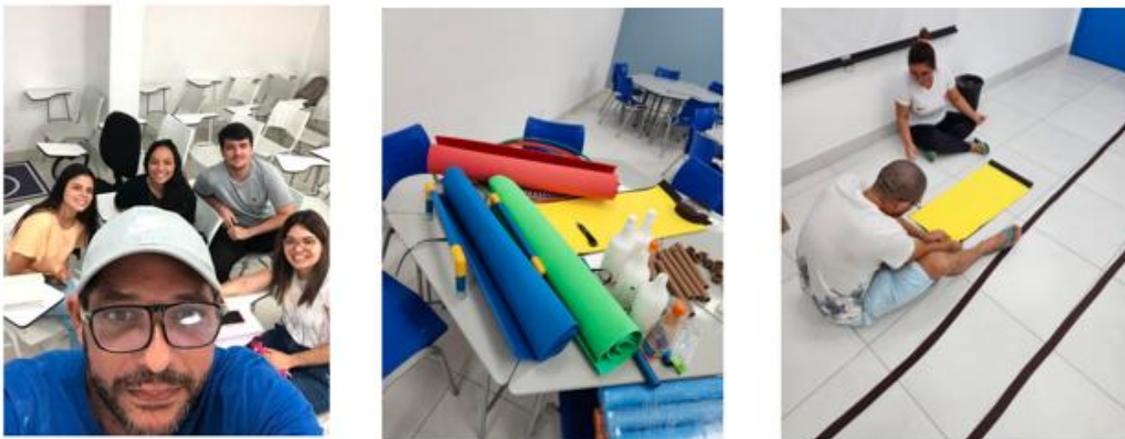
Imagem 3: Etapas da ação de extensão



Fonte: MELO (2023).

Na etapa de Planejamento o grupo de discentes juntamente com a docente da disciplina se reuniu em laboratório para a pré-definição do título do projeto e da execução dos materiais a serem elaborados, desde quais materiais até como seriam elaborados.

Imagem 4: Etapa de planejamento da ação de extensão (primeira imagem); Etapa de compra dos materiais (segunda imagem) e Construção da escada de agilidade (terceira imagem).



Fonte: Acervo pessoal (2023).

Na etapa da compra dos materiais foi direcionada uma quantia em dinheiro para cada participante e foi deslocado um integrante da equipe para compra dos materiais. Foram comprados: Folhas de E.V.A coloridas, canos de PVC, cola de PVC, cola instantânea, cola para EVA, tesoura, estilete, fita adesiva transparente, fita adesiva colorida, alça de nylon larga, bambolês, spaghetini de uso em piscina, gesso e areia.

Os acadêmicos foram incentivados a juntar materiais recicláveis de casa, como: esponjas, pedaços de EVA. Palha de aço, frascos de plásticos, garrafas PET e cabos de vassouras.

Na etapa 3 foram reunidos os alunos em sala de aula para confecção dos equipamentos, neste momento foram divididas equipes de trabalho onde cada equipe ficou responsável pela execução de um equipamento. Foram construídos:

- Escada de agilidade: feita de tiras de EVA na cor amarela e 16 metros de alça de nylon larga na cor marrom.
- Obstáculos de diferentes alturas com garrafa de plástico e bastão, tapetes de propriocepção, step de spaghetti de uso em piscina, cones coloridos, chapéu chinês coloridos.

Imagem 5: Construção dos equipamentos de baixo de custo pelas equipes de alunos



Fonte: Acervo pessoal (2023).

Na etapa 4: Prática com uso dos materiais em sala com os alunos e a professora antes da ação na ILP; em sala de aula foram testados os equipamentos criados, onde a partir de uma atividade prática foi gerado um caso clínico e praticado o passo da etapa 5 da ação sob a supervisão da docente da disciplina.

Elaboração de materiais de baixo custo para treinamento funcional de marcha das idosas de uma instituição de longa permanência na cidade de Fortaleza/CE, na disciplina fisioterapia na saúde do idoso

Imagem 6: Etapa 4



Fonte: Acervo pessoal (2023).

Na última etapa foi marcado dia e horário da ida a ILP para a execução da ação de extensão no Recanto do Sagrado Coração através de um ofício referente às duas partes IES e ILPI. Figuras 17, 18 e 19: Etapa 5 (ação de extensão na ILPI).

Imagem 7: Etapa 5 (ação de extensão na ILPI)



Fonte: Acervo pessoal (2023).

Ao chegar na ILPI fomos recepcionados pela preceptora da IES que permanece em estágio supervisionado com discentes do penúltimo semestre do curso de Fisioterapia na ILPI e foi possível conhecer o espaço físico da ILPI e entender como ocorrem as demandas de gestão e cuidado em saúde nesta ILPI por explanação oral da preceptora. No segundo momento adentramos ao setor de Fisioterapia e conhecemos as idosas que realizam atendimentos de fisioterapia no setor. Neste momento convidamos a realizar o teste TUG com estas idosas e tivemos a adesão de seis (06) idosas para realização deste teste, seguem os resultados abaixo:

- Iniciais: E.F.F, Idade: 78 anos, Data do abrigamento: 01.09.2022, Comorbidades: Dislipidemia e hipertensão arterial sistêmica (HAS) , Resultado do TUG = 18 SEG;
- Iniciais: M.L.A, Idade: 76 anos, Data do abrigamento: 20.06.2013, Comorbidades: Diabetes, hipertensão e esquizofrenia, TUG = 17,80 SEG
- Iniciais: M.Z.L, Idade: 76 anos, Data do abrigamento: 23.09.2013, Comorbidades: Dislipidemia, TUG = 10,54
- Iniciais: F.Z.A, Idade: 81 anos, Data de abrigamento: 06.01.2022, Comorbidades: Hipertensão arterial sistêmica (HAS), dislipidemia e asma, TUG = 20,66 SEG
- Iniciais: M.F.A, Idade: 82 anos, Data de abrigamento: 11.10.2021, Comorbidades: Dislipidemia, TUG = 17,51 SEG
- Iniciais: M.A.S, Idade: 76 anos, Data de abrigamento: 21.01.2020, Comorbidades: Ansiedade e depressão, TUG = 34,59 SEG.

Ainda nesta etapa após a realização do TUG foi possível montar e realizar o teste do uso do circuito funcional com todos os equipamentos montados em uma área externa ao setor de fisioterapia.

Neste momento foram montadas nove (09) estações em um circuito funcional completo, que contemplavam treino de subir e descer degraus de diferentes alturas, experimentar através da pisada diferentes texturas nos tapetes proprioceptivos, realizar o zig zag na marcha passando por cones chinês coloridos identificando as cores de cada cone, sentar e levantar de cadeira de altura usual, realizar exercícios com halteres de membros superiores para flexão de cotovelo e alcance funcional com bambolê, experimentar o uso da escada de agilidade com obstáculo e com alcance lateral estimulando movimentos de tronco e controle postural e ao final do circuito adentrar em círculos e realizar balanceio da marcha alternado a pisada.

8 Resultados alcançados

Na ação de extensão vivenciada foi possível conhecer o espaço físico da ILPI filantrópica localizada na cidade de Fortaleza CE, que contemplou a expectativa e as

normas da RDC, estudadas em sala de aula, que referem todos os parâmetros de ergonomia dispostos para segurança e proteção dos idosas que são abrigadas.

Foi possível também entender a partir do contato com a realidade, como ocorrem as demandas de gestão e cuidado em saúde nesta ILPI filantrópica, com presença de equipe multiprofissional nos cuidados desde a alimentação com a nutricionista, até higiene e limpeza da ILPI. Apesar de filantrópica é possível gerir todos os aspectos desde da gestão até o cuidado com a saúde das idosas abrigadas dispensando o mínimo de dignidade e acolhimento a essas idosas.

Na etapa do desenvolvimento dos instrumentos com materiais de baixo custo foi evidenciado dificuldades nesta execução, pois mesmo através de vídeos pesquisados de como fazer os equipamentos houve dificuldade de habilidade para tal construção.

Porém, após a feitura dos equipamentos foi fácil simular as atividades que se assemelham a funcionalidade de marcha, afim de melhorar a agilidade, coordenação motora, força e equilíbrio das idosas. A partir da ação de extensão pode-se articular a teoria, vivenciada em sala de aula, com a prática quando realizado o teste de TUG em 6 idosas abrigadas e presentes na etapa 5 da ação. Foi analisado o tempo de desenvolvimento da marcha através do TUG (*Timed Up and Go*).

Levando-se em conta os valores de referência do TUG tivemos importantes achados de debilidade de marcha nas idosas que realizaram o teste de TUG desta ILPI. Foi possível promover através dos equipamentos a construção de um circuito composto por obstáculos que simulam as AVD's do idoso, incentivando o aumento das atividades físicas do cotidiano e os exercícios como estratégia para a manutenção ou melhora na autonomia funcional dessas idosas e ainda foi realizada a doação desses equipamentos para que sejam utilizados na dinâmica de atendimentos da Fisioterapia.

9 Considerações finais

Existe uma grande demanda de conhecimentos e habilidades a serem exploradas academicamente que as ações de extensão podem potencializar. No caso apresentado deste dossiê, pode-se experienciar uma prática direcionada para criação de novas habilidades nos discentes que trouxe benefícios importantes para idosas institucionalizadas.

É fato que os estudos comprovam que os idosos possuem dificuldade de marcha no decorrer do envelhecimento normal e que a funcionalidade e autonomia destes podem estar impactadas. A fisioterapia que é ciência do movimento não pode estar fora dessa perspectiva de atuar junto a idosos em qualquer espaço em que eles se encontram.

As ILPI no Brasil é uma realidade no Brasil e no mundo e ocupar estes espaços gerindo cuidado em saúde é função da equipe multiprofissional em saúde. Foi possível promover novas reflexões sobre a atuação da fisioterapia e a adoção de estratégias de

atendimento de baixo custo beneficiando não só o paciente, mas também as ILPI que possuem poucos recursos financeiros de gestão do cuidado. Pensar em estratégias para fomentar a atuação da Fisioterapia nestes espaços de abrigos de idosos deve estar inserido na rotina de ensino docente, pois assim ampliará as possibilidades do mercado absorver os profissionais preparados para tal fim.

Imagem 8: Equipe de discentes reunidos após a execução da Etapa 5 com uso dos equipamentos de baixo custo construídos e doados para a ILPI visitada)



Fonte: Acervo pessoal (2023).

O ensino superior é um ambiente que deve estimular a criatividade e o fazer diferenciado do profissional no âmbito de atuação, onde além do conhecimento técnico, estes profissionais desenvolvem novas habilidades e competências ampliando as possibilidades nas áreas de atuação.

Referências Bibliográficas

BARBOSA, Keylla Talitha Fernandes et al. Envelhecimento e vulnerabilidade individual: um panorama dos idosos vinculados à estratégia saúde da família¹. **Texto & Contexto-Enfermagem**, v. 26, 2017.

BARRY, Emma et al. O teste Timed Up and Go é um preditor útil do risco de quedas em idosos residentes na comunidade: uma revisão sistemática e metanálise. **BMC geriatria**, v. 14, n. 1, p. 1-14, 2014.

CAMARANO, Ana Amélia; KANSO, Solange. As instituições de longa permanência para idosos no Brasil. **Revista brasileira de estudos de população**, v. 27, p. 232-235, 2010.

DA SILVA, Mariane Coimbra et al. **Análise de implementação da Política Nacional de Saúde da pessoa idosa: um estudo com base nos instrumentos de planejamento em saúde do município de Belo Horizonte**. 2022.

FRANCO, Anderson Rogério Beltrão et al. **Instrumentos alternativos para aulas práticas de Química no ensino remoto para alunos do 1º Ano do Ensino Médio**. 2022.

GUIMARÃES, Mirna Rodrigues Costa et al. Avaliação das Instituições de Longa Permanência para Idosos no Brasil: um panorama das desigualdades regionais. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 28, p. 2035-2050, 2023.

MENDES, Márcia Regina Pinez et al. A influência da fisioterapia, com exercícios de equilíbrio, na prevenção de quedas em idosos. **Revista Fisisenectus**, v. 4, n. 1, 2016.

MESQUITA, Aline Otoni et al. **Associação entre as categorias de risco da avaliação geriátrica compacta de 10 minutos (AGC-10) e o perfil clínico e sociodemográfico dos pacientes do hospital dia do idoso de Anápolis–Goiás**. 2022.

PIOVESAN, Ana C.; PIVETTA, Hedioneia M. F.; PEIXOTO, Jaqueline M. B. Fatores que predispõem a quedas em idosos residentes na região oeste de Santa Maria, RS. **Revista Brasileira Geriatria Gerontologia**. Vol. 14. 2011.

SAIVASAVI, R. **Construct Validity of Clinical Test of Sensory Interaction and Balance in Normal Geriatric and Stroke Population**. 2012. Tese de Doutorado. Rajiv Gandhi University of Health Sciences (India).

Como citar esse trabalho:

MELO, Anairtes Martins de; SOARES, Camila Cristina Lopes Santos. Elaboração de materiais de baixo custo para treinamento funcional de marcha das idosas de uma instituição de longa permanência na cidade de Fortaleza/CE, na disciplina fisioterapia na saúde do idoso. **Duna: Revista Multidisciplinar de Inovação e Práticas de Ensino**, Fortaleza, v. 1, n. 1, p. 37-52, jan./mar. 2025.