

# A importância da visita domiciliar do fisioterapeuta como ferramenta de prevenção no cuidado com o cuidador e à pessoa idosa: um estudo reflexivo

## RESUMO

O estudo teve como objetivo refletir acerca da importância da visita domiciliar do fisioterapeuta como ferramenta de prevenção no cuidado com o cuidador e à pessoa idosa, utilizando como base estudos científicos mais atuais que consideram os fatores de riscos para distúrbios osteomusculares em cuidadores de idosos que atuam no domicílio do idoso, cuidadores formais ou informais e pela Portaria n.º 2528, de 19 de outubro de 2006, Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa. Conclui-se que a visita domiciliar possibilita ao fisioterapeuta conhecer a realidade na qual o idoso está inserido, podendo adequar condutas e realizar as orientações necessárias, observando a demanda do cuidador e as atividades realizadas por ambos sendo de grande importância, pois com base nesse conhecimento, a fisioterapia irá propor condutas para o cuidador, visando melhoria na qualidade de vida do cuidador, refletindo assim na pessoa idosa a ser cuidada.

**DESCRIPTORIOS:** Cuidadores; Visita Domiciliar; Fisioterapia.

## ABSTRACT

This study aimed to reflect on the importance of home visits by physiotherapists as a predictive tool in caregiver and elderly care, based on the most current scientific studies that consider the risk factors for musculoskeletal disorders in caregivers of older adults who work at the home of the elderly, formal or informal caregivers and Ordinance No. 2528 of October 19, 2006, National Health Policy for the Elderly. It is concluded that the home visit enables the physiotherapist to know the reality in which the elderly are inserted, being able to adjust conducts and perform the necessary orientations, observing the caregiver's demise and the activities performed by both being of great importance, because based on this knowledge, physical therapy will propose conducts for the caregiver, aiming at improving the caregiver's quality of life, thus reflecting on the elderly person to be cared for.

**DESCRIPTORS:** Caregivers; Home Visit; Physiotherapy.

## RESUMEN

Este estudio tuvo como objetivo reflexionar sobre la importancia de las visitas domiciliarias de fisioterapeutas como una herramienta predictiva en el cuidado de los cuidadores y los ancianos, basado en los estudios científicos más recientes que consideran los factores de riesgo para los trastornos musculoesqueléticos en los cuidadores de adultos mayores que trabajan en el hogar de ancianos, cuidadores formales o informales y Ordenanza No. 2528 del 19 de octubre de 2006, Política Nacional de Salud para los Ancianos. Se concluye que la visita domiciliar permite al fisioterapeuta conocer la realidad en la que se insertan los ancianos, pudiendo ajustar las conductas y realizar las orientaciones necesarias, observando la muerte del cuidador y las actividades realizadas por ambos siendo de gran importancia, porque en base a este conocimiento, la fisioterapia propondrá conductas para el cuidador, con el objetivo de mejorar la calidad de vida del cuidador, reflexionando así sobre la persona mayor que debe ser atendida.

**DESCRIPTORIOS:** Cuidadores; Visitas Domiciliarias; Fisioterapia.

## Ladislau Maia Júnior

Fisioterapeuta. Mestrando em Ciências do Cuidado em Saúde na Universidade Federal Fluminense (UFF). Especialista em Cardiopneumologia e Geriatria e Gerontologia. Niterói, RJ, Brasil.

## Antônio Milton Oliveira Ferreira

Enfermeiro. Mestre em Ciências do Cuidado em Saúde na Universidade Federal Fluminense (UFF). Especialista em Geriatria e Gerontologia e em Docência no Ensino Superior. Rio de Janeiro, RJ, Brasil.

## Eliane da Silva Pereira

Enfermeira. Mestre em Ciências do Cuidado em Saúde pela Universidade Federal Fluminense (UFF). Especialista em Clínica Médica e Enfermagem em Oncologia Clínica. Rio de Janeiro, RJ, Brasil.

## Selma Petra Chaves Sá

Enfermeira. Doutora em Enfermagem. Professora Titular do Departamento de Fundamentos e Administração da Universidade Federal Fluminense (UFF). Coordenadora do Centro de Atenção à Saúde do Idoso da Universidade Federal Fluminense (CA-SIC/UFF). Niterói, RJ, Brasil.

## INTRODUÇÃO

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. Atualmente, existem cerca de 962 milhões de pessoas com 60 anos ou mais no mundo, o que corresponde a 13% da população total. Até 2050, todas as regiões do mundo, exceto a África, terão quase um quarto de suas populações compondo essa faixa etária. Igualmente no Brasil, 13% de sua população corresponde a pessoas com mais de 60 anos<sup>(1)</sup>.

A Organização Mundial da Saúde (OMS) utiliza o critério de idade cronológica, definindo como pessoa idosa aquela com idade  $\geq 60$  anos nos países em desenvolvimento, e  $\geq 65$  anos em países desenvolvidos. No Brasil, a Política Nacional do Idoso (PNI) e o Estatuto do Idoso definem que idosa é a pessoa com  $\geq 60$  anos<sup>(2)</sup>.

O envelhecimento é associado à cronicidade e progressiva ocorrência de várias doenças, o que representa um grande desafio para o cuidado, especialmente dos idosos mais frágeis e com novas necessidades. Também existe o desafio da manutenção de um bom processo do envelhecimento, já que a concorrência de várias doenças crônicas desencadeia um custo elevado do tratamento, efeito especialmente grave em tempos de crise econômica. Um dos pilares da estratégia de abordagem de doenças crônicas é a integração de cuidados, em um esforço para adaptar a organização dos

serviços de saúde às novas necessidades dos idosos<sup>(3)</sup>.

Envelhecer é um processo natural que implica mudanças graduais e inevitáveis relacionadas à idade e sucede a despeito de o indivíduo gozar de boa saúde e ter um estilo de vida ativo e saudável. No ser humano, esse fenômeno progressivo, além de desencadear o desgaste orgânico, provoca alterações nos aspectos culturais, sociais e emocionais, que contribuem para que se instale em diferentes idades cronológicas<sup>(4)</sup>.

O envelhecimento é um processo sequencial, individual, cumulativo, irreversível, universal, não patológico de deterioração de um organismo maduro, próprio a todos os membros de uma espécie, de maneira que o tempo o torne menos capaz de fazer frente ao estresse do meio ambiente e, portanto, aumenta sua possibilidade de morte<sup>(2,5)</sup>.

E nesse processo de envelhecimento, alterações fisiológicas e biológicas, em alguns momentos exigem a participação de um cuidador formal e/ou informal.

O ato de cuidar está inserido em todas as culturas e é realizado sob diferentes formas e expressões. Ressalta-se que o cuidar da pessoa idosa é uma tarefa realizada com o objetivo de melhorar a qualidade de vida do idoso dependente<sup>(6)</sup>. Cuidar é ajudar a pessoa idosa a realizar tarefas que não consegue desempenhar sozinha e as quais são primordiais para a manutenção do bem-estar no seu cotidiano, como as atividades da vida diária (AVD), tais como: higiene pessoal, ingestão de alimentos, mobilidade física, entre outras; podendo também ajudar nas atividades instrumentais da vida diária (AIVD), como: fazer as compras, preparar refeições, tratar das roupas, mos-

trando-se atento a suas preocupações, ajudando assim também a lidar com as suas tensões emocionais<sup>(6)</sup>. O cuidador tem esta função primordial ou deveria ser estimulado a isso. É papel do cuidador, seja ele formal ou informal, ser um facilitador na execução de certas atividades, ou até mesmo ser aquela pessoa que fará pelo idoso determinadas coisas as quais ele não consegue mais realizar.

Os cuidadores são pessoas que provêm cuidado para aqueles que precisam de supervisão ou assistência no estado de doença ou incapacidade. Segundo a Classificação Brasileira de Ocupação (CBO), Portaria n.º 397, de 09 de outubro de 2002, que trata do reconhecimento da existência de ocupações no mercado de trabalho brasileiro e é publicada pelo Ministério do Trabalho e Emprego (MTE), o código 5162-10 corresponde ao de cuidador de idosos, também conhecido e cadastrado no CBO como sinônimo de acompanhante de idosos, cuidador de idosos domiciliar, cuidador de idosos institucional, cuidador de pessoas idosas e dependentes e gero-sitter<sup>(7)</sup>.

Muitas atividades realizadas pelo cuidador com o idoso sob seus cuidados são repetidas inúmeras vezes no decorrer do dia, como a transição do leito para a cadeira e vice-versa, dentre outras. Tais atividades exigem muito esforço físico, podendo levar o cuidador a exaustão, sobrecargas emocionais, psicológicas e, principalmente, físicas<sup>(6)</sup>. De certa forma, estas sobrecargas podem interferir no cuidado prestado e também na saúde do cuidador.

Danos ocasionados pelos distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho

(DORT) decorrem da utilização excessiva do sistema musculoesquelético e de sua inadequada recuperação e abrangem quadros clínicos adquiridos pelo trabalhador submetido às condições de trabalho inadequadas. São distúrbios musculoesqueléticos de origem multifatorial complexa que resultam de desequilíbrio entre as exigências das tarefas realizadas no trabalho e as capacidades funcionais individuais para responder a tais exigências<sup>(8)</sup>.

Quase 80% das pessoas se queixam de dor muscular, principalmente, dor lombar em algum momento de sua vida, independentemente de ser ou não cuidador<sup>(9)</sup>.

Sabe-se que é comum comprometer e/ou lesionar a musculatura posterior ao levantar objetos pesados ou pessoas, curvar-se frequentemente, torcer ou estirar a musculatura. Assim, de acordo com a necessidade e condições de saúde do idoso, os cuidadores podem realizar movimentos de repetição sem o devido cuidado ou informação acerca do seu posicionamento, favorecendo lesão na coluna<sup>(9)</sup>.

Assim, a atuação da fisioterapia é de grande importância no que se refere a ergonomia do movimento, tendo em vista a necessidade de um bom posicionamento físico para evitar ou minimizar o aparecimento dos DORT.

Durante tarefas de reposicionamento do idoso no leito ou ao sentar, forças excessivas são impostas sobre a estrutura musculoesquelética dos cuidadores devido tanto à carga externa do paciente quanto à forma como o cuidador se posiciona durante a tarefa a ser executada<sup>(10)</sup>.

Desta forma, destaca-se a importância do conhecimento sobre as transições ergonomicamente corretas e cuidados posturais que o cuidador deve ter e proceder com o idoso e consigo para evitar lesões musculares e manter um padrão de qualidade de vida para ambos. Além disso, o que o cuidador de idoso domiciliado conhece acerca de sua proteção e do seu idoso.

O estudo teve como objetivo refletir acerca da importância da visita domiciliar do fisioterapeuta como ferramenta de prevenção ao cuidado com cuidador e à pessoa idosa, utilizando como base estudos

científicos mais atuais que consideram os fatores de riscos para distúrbios osteomusculares em cuidadores de idosos, que atuam no domicílio do idoso, cuidadores formais ou informais, pela Portaria nº 2528, de 19 de outubro de 2006, Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa (PNSPI).

## METODOLOGIA

Trata-se de um estudo teórico-reflexivo construído com base em estudos científicos mais atuais que referenciam os estudos que consideram os fatores de riscos para distúrbios osteomusculares em cuidadores de idosos, que atuam no domicílio do idoso. Essa construção teórica aproxima-se da abordagem qualitativa, tomando como base a interpretação e análise dos elementos teóricos obtidos por meio do levantamento bibliográfico realizado<sup>(11)</sup>.

A elaboração deste artigo surgiu dos pressupostos da revisão de literatura, cujo processo consiste em uma forma de sistematizar informações sobre questões específicas em um robusto corpo de conhecimento, com o intuito de avaliar e sumarizar as informações encontradas<sup>(12)</sup>.

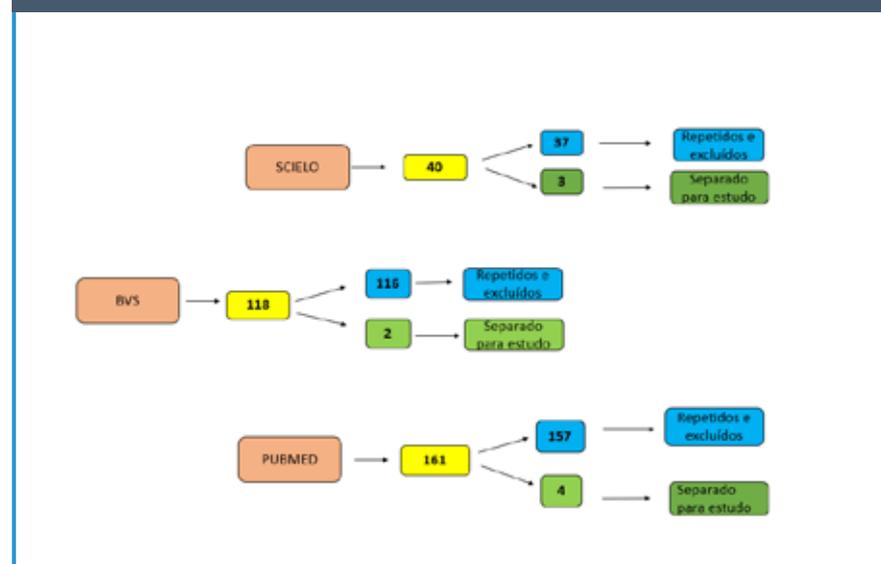
Foram utilizados para a formulação de tal artigo, os bancos de dados online a

BVS, Pubmed/Medline, SciELO e LILACS; os artigos utilizados foram publicados num recorte temporal de 2010 a 2017 em inglês e português, os descritores usados foram: “cuidadores”, “idoso”, “ergonomia”, “dort” e “fisioterapia”, (“caregivers”, “aged”, “ergonomics”, “cumulative trauma disorders” e “physical therapy specialty”). Observou-se que existem poucas publicações sobre Distúrbios Osteomusculares em cuidadores de idosos que encontram-se restritos ao domicílio.

## RESULTADOS

Foram encontrados um total de 319 publicações de 2010 a 2017, usando os seguintes descritores: “cuidadores”, “idoso”, “ergonomia”, “dort” e “fisioterapia” (“caregivers”, “aged”, “ergonomics”, “cumulative trauma disorders” e “physical therapy specialty”). Dentre essas publicações, 310 artigos excluídos e repetidos, os quais falavam sobre cuidadores de crianças, cuidadores de idoso hospitalizado, artigos encontrados em dois bancos de dados; ficando assim, 09 artigos separados para estudo e, entre esses, apenas 02 artigos abordando os distúrbios em quem cuida, porém, não em cuidadores no domicílio. Segue abaixo o Fluxograma 1.

Fluxograma 1. Busca e seleção dos estudos nos bancos de dados. Rio de Janeiro, RJ, Brasil, 2018



## DISCUSSÃO

A finalidade primordial da Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa é recuperar, manter e promover a autonomia e a independência dos indivíduos idosos, direcionando medidas coletivas e individuais de saúde para esse fim, em consonância com os princípios e diretrizes do Sistema Único de Saúde (SUS). É alvo dessa política todo cidadão e cidadã brasileiros com 60 anos ou mais de idade. Sendo a família, via de regra, a executora do cuidado ao idoso, evidencia-se a necessidade de se estabelecer um suporte qualificado e constante aos responsáveis por esses cuidados, tendo a atenção básica por meio da Estratégia Saúde da Família (ESF) um papel fundamental, necessitando assim de um número expressivo de multiprofissionais<sup>(13)</sup>.

O cuidado domiciliar à saúde é uma prática que remonta a própria existência das famílias como unidade de organização social. Inúmeras situações de dependência cronicamente assumidas pelas famílias sequer foram, ainda, incluídas nas iniciativas de atenção domiciliar organizadas pelo sistema de saúde. O objeto “atenção domiciliar”, portanto, diz respeito apenas a uma parte das práticas de cuidado domiciliar, particularmente as que implicam uma convivência entre profissionais de saúde e cuidadores familiares<sup>(14)</sup>.

A reabilitação no envelhecimento é complexa, necessitando de uma abordagem multidisciplinar, com a difusão do conhecimento geriátrico junto aos profissionais de saúde, para que possa fazer frente a sua heterogeneidade. O atendimento domiciliar de fisioterapia tem na sua essência a aproximação maior com o paciente e seus valores, facilitando uma melhor e mais ampla abordagem terapêutica em geriatria<sup>(15)</sup>.

A atuação fisioterapêutica pode ser desenvolvida em todos os níveis de atenção à saúde por ter sua abordagem prática voltada para a prevenção, o tratamento e a reabilitação de dis-

**A finalidade primordial da Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa é recuperar, manter e promover a autonomia e a independência dos indivíduos idosos, direcionando medidas coletivas e individuais de saúde para esse fim, em consonância com os princípios e diretrizes do Sistema Único de Saúde (SUS). É alvo dessa política todo cidadão e cidadã brasileiros com 60 anos ou mais de idade.**

túrbios cinéticos funcionais. A fisioterapia na assistência domiciliar é de extrema importância para a população, seja ela no setor privado ou pelo SUS, visando uma saúde mais plena e humanizada<sup>(16)</sup>.

O atendimento domiciliar possibilita ao fisioterapeuta conhecer a realidade na qual o paciente está inserido, podendo adequar a sua conduta e realizar as orientações necessárias, que vão desde orientações de saúde, em geral, até as técnicas de estímulos sensorio-motor, termoterapia, cinesioterapia e o uso de próteses e órteses.

Ter esse conhecimento do ambiente onde esta inserido o idoso, como o seu cuidador formal ou informal atua no dia a dia, observar a demanda desse cuidador e as atividades realizadas tanto pelo cuidador quanto pelo idoso é de grande importância para a fisioterapia, pois com base desse conhecimento propor condutas para o cuidador, visando assim uma melhora na qualidade de vida do cuidador, promoção de saúde, prevenção de agravos, reabilitação funcional e cuidados paliativos, promovendo saúde. Logo, se o cuidador tem conhecimento de como agir em determinadas situações e quais condutas devem ser tomadas, o mesmo terá uma sobrecarga menor na atividade a ser realizada, melhorando a qualidade de vida e, automaticamente, refletindo no cuidado final que é a saúde do cuidador e do seu idoso.

Recuperar a função e melhorar a qualidade de vida dos pacientes é importante. Os profissionais da saúde, além de estudar os aspectos clínicos dos pacientes, precisam olhar holisticamente para com o idoso e o seu cuidador quando se trata de um acompanhamento no domicílio. É de extrema importância para o tratamento observar a interação entre ambos, todo o envolvimento e aspectos psicossociais nesse processos de adaptação e reabilitação onde todos estão inseridos.

Essa conduta não deve ser restrita ao protocolo de tratamento, mas

também à boa avaliação, monitorização do progresso e orientação aos parentes nos cuidados e na convivência com o doente<sup>(17)</sup>.

Esse atendimento domiciliar deve ser estruturado considerando alguns fatores como as condições sociais e econômicas, equipamentos necessários, identificação do cuidador do paciente em casa e o envolvimento, a fim de promover saúde e prevenir doenças ocupacionais relacionadas ao trabalho<sup>(17)</sup>.

Partindo desse princípio, a visita do fisioterapeuta no domicílio vai municiar na vida e no cotidiano do idoso e de seus cuidadores, não só como reabilitação física, mas também como um desenvolvimento a uma sensação de confiança, segurança e conforto.

## CONCLUSÃO

A fisioterapia na reabilitação de pacientes portadores de doenças neurológicas, principalmente, com dificuldade de locomoção, que de alguma forma esteja restrito no ambiente domiciliar, além de toda a parte de reabilitação funcional, tem como objetivo trabalhar a motivação e a aceitação dos cuidadores e do paciente o no que diz respeito às alterações biológicas e funcionais e do seu novo estilo de vida, seja ele de curto, médio ou longo período dos cuidadores e do paciente, pois são fatores relevantes para o sucesso da reabilitação desse paciente.

O fisioterapeuta precisa, inicialmente, dominar a capacidade de se comunicar e angariar a confiança e, assim, a cooperação do paciente e dos cuidadores será de grande importância na conduta e na convivência com paciente e seus cuidadores. O atendimento domiciliar deve ser estruturado

considerando alguns fatores como as condições sociais e econômicas, equipamentos necessários, aproveitando de todos os recursos que o ambiente domiciliar forneça e integrar o domicílio ao tratamento.

Mediante ao estudo realizado e poucas publicações voltadas à fisioterapia nos cuidados com cuidadores no seu cotidiano no domicílio, recomenda-se mais estudos voltados ao âmbito domiciliar e a atuação do fisioterapeuta de forma educativa e preventiva com os idosos e seus cuidadores, pois a população idosa vem crescendo de forma rápida e inversamente proporcional ao conhecimento científico na área, conhecer melhor essa população, sua rotina sua demanda funcional, para uma melhor resposta na atuação terapêutica. Mais estudos se tornam necessários para aumentar as evidências científicas desta forma de atuação. ■

## REFERÊNCIAS

1. Sousa NFS, Lima MG, Cesar CLG, Barros MBA. Envelhecimento ativo: prevalência e diferenças de gênero e idade em estudo de base populacional. *Cad Saude Publica*. 2018; 34(11):1–14.
2. Ferreira AMO, Sá CP. A Visita domiciliar ao idoso: um estudo reflexivo. 2018;(08).
3. Muniz EA, Aliny C, Freitas SL, Oliveira EN, Lacerda MR. Atenção Domiciliar Ao Idoso Na Estratégia Saúde Da Família: Perspectivas Sobre a Organização Do Cuidado. *Rev enferm UFPE on-line*. 2017; 11:296.
4. Ciosak SI, Braz E, Costa MFBNA, Nakano NGR, Rodrigues J, Alencar RA, et al. Senescência e senilidade: novo paradigma na atenção básica de saúde. *Rev Esc Enferm USP*. 2011; 45(Esp. 2):1763–8.
5. Santos EM, Moraes SHG. A Visita Domiciliar Na Estratégia Saúde Da Família: Percepção De Enfermeiros. *Cogitare Enferm*. 2014;16(3):492–7.
6. Faht G, Sandri JVA. Cuidador de idosos: formação e perfil dos egressos de uma instituição de ensino. *O Mundo da Saúde*. 2016; 40(1):21–7.
7. Ministério do Trabalho e Emprego (BR). Classificação Brasileira de Ocupações [Internet]. 2018 [acesso em 18 ago 2019]. Disponível em: <http://www.ocupacoes.com.br/>
8. Lelis CM, Battaus MRB, De Freitas FCT, Rocha FLR, Marziale MHP, Do Robazzi MLCC. Distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho em profissionais de enfermagem: revisão integrativa da literatura. *ACTA Paul Enferm*. 2012; 25(3):477–82.
9. Brown MR, Personeus K, Langan J. Preventing Lower Back Pain Among Caregivers. *Arch Phys Med Rehabil*. 2015; 96(7):1365–6.
10. Fragala G, Fragala M. Improving the Safety of Patient Turning and Repositioning Tasks for Caregivers. *Workplace Health Saf*. 2014;62(7):268–73.
11. Minayo M. O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde. 9. ed. São Paulo: EDUC; 2006.
12. Lopes GT. Manual para elaboração de trabalhos acadêmicos: normas da ABNT – Estilo Vancouver – Bioética. Rio de Janeiro: UFRJ/EPUB; 2006.
13. Ministério da Saúde (BR). Política nacional da saúde da pessoa idosa. Brasília (DF): 2006 p. 16–8.
14. Ministério da Saúde (BR). Caderno de Atenção Domiciliar. Vol. 1. Brasília (DF): 2012. 106 p.
15. Góis B, Luzia A, Veras P. Fisioterapia domiciliar aplicada ao idoso Universidade do Estado do Rio de Janeiro. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*. 2006; 9(2).
16. Lopes N, Colodetti M, Sabrine R, Pardim S, Vieira RS, Moraes SG. Fisioterapia Na Assistência Domiciliar. Universidade Vale do Rio Doce. 2017; 1–8.
17. Queiroz ED, Franco ALV, Torquato MEA, Abdon APV. Atuação Do Fisioterapeuta No Atendimento Domiciliar De Pacientes Neurológicos. *Rev Bras em Promoção da Saúde*. 2005;18(2).