



UEPB

UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA

CAMPUS - I

CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DE SAÚDE

DEPARTAMENTO DE FISIOTERAPIA

CURSO DE GRADUAÇÃO EM FISIOTERAPIA

LUANA LÍVIA DE QUEIROZ SOUZA

**ATIVIDADES DE GRUPO COM IDOSOS DE COMUNIDADE NA ATENÇÃO
PRIMÁRIA À SAÚDE: REVISÃO INTEGRATIVA**

CAMPINA GRANDE-PB

2020

LUANA LÍVIA DE QUEIROZ SOUZA

**ATIVIDADES DE GRUPO COM IDOSOS DE COMUNIDADE NA ATENÇÃO
PRIMÁRIA À SAÚDE: REVISÃO INTEGRATIVA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado, na modalidade de artigo científico, ao **Departamento de Fisioterapia** da Universidade Estadual da Paraíba, como requisito para obtenção do título de **Bacharel em Fisioterapia**.

Orientadora: Prof^a Dr^a Alecsandra Ferreira Tomaz

**CAMPINA GRANDE-PB
2020**

É expressamente proibido a comercialização deste documento, tanto na forma impressa como eletrônica. Sua reprodução total ou parcial é permitida exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, desde que na reprodução figure a identificação do autor, título, instituição e ano do trabalho.

S729a Souza, Luana Livia de Queiroz.
Atividades de grupo com idosos de comunidade na
Atenção primária à saúde [manuscrito] : revisão integrativa /
Luana Livia de Queiroz Souza. - 2020.
17 p.
Digitado.
Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em
Fisioterapia) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de
Ciências Biológicas e da Saúde , 2020.
"Orientação : Profa. Dra. Alecsandra Ferreira Tomaz ,
Coordenação do Curso de Fisioterapia - CCBS."
1. Atenção Primária à Saúde. 2. Idoso. 3. Fisioterapia. I.
Título
21. ed. CDD 615.82

LUANA LÍVIA DE QUEIROZ SOUZA

**ATIVIDADES DE GRUPO COM IDOSOS DE COMUNIDADE NA ATENÇÃO
PRIMÁRIA À SAÚDE: REVISÃO INTEGRATIVA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado, na modalidade de artigo científico, ao Departamento de Fisioterapia da Universidade Estadual da Paraíba, como requisito para obtenção do título de Bacharel em Fisioterapia.

Aprovado em 06/11/2020

BANCA EXAMINADORA

Alexsandra Ferreira Tomaz

Profª. Dra. Alexsandra Ferreira Tomaz (Orientadora)
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)

Risomar da Silva Vieira
Risomar da Silva Vieira

Prof. Dr. Risomar da Silva Vieira
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	05
2 MÉTODOS.....	06
3 RESULTADOS	07
4 DISCUSSÃO.....	11
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	14
REFERÊNCIAS	14

ATIVIDADES DE GRUPO COM IDOSOS DE COMUNIDADE NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE: REVISÃO INTEGRATIVA

Luana Livia de Queiroz Souza

RESUMO

O envelhecimento é um processo natural, individual, irreversível e progressivo, caracterizado por alterações morfológicas, funcionais, bioquímicas e psicológicas, e neste se busca priorizar a autonomia, melhora da funcionalidade, a longevidade e um envelhecimento ativo. Nesse sentido, foi realizada uma Revisão Integrativa da Literatura com o objetivo de avaliar o conhecimento científico relacionado a atividades em grupo com idosos de comunidade. Foram selecionados artigos em português e inglês, publicados entre 2010 e 2020, nas bases de dados *Lilacs*, *Scielo* e *Science Direct* e que abordassem atividades em grupo com idosos na atenção básica. Dentre os 53 artigos indicados pelas bases de dados, 21 artigos atenderam aos critérios de inclusão, sendo destacada a importância da fisioterapia na atenção básica e na promoção de saúde, bem como os benefícios da fisioterapia na saúde do idoso e na melhoria da sua qualidade de vida. Conclui-se que há lacunas na produção científica por fisioterapeutas nesta área, e também na descrição das atividades desenvolvidas. Diante disso, sugere-se a sistematização e divulgação das atividades realizadas com a população idosa na atenção primária, especialmente os trabalhos em grupo, ratificando a participação do fisioterapeuta neste nível de atuação e, dessa maneira, proporcionando visibilidade da profissão e alternativas para um grupo populacional que cresce no país a cada dia.

Palavras-chave: Atenção primária. Fisioterapia. Idoso.

ABSTRACT

Aging is a natural, individual, irreversible and progressive process, characterized by morphological, functional, biochemical and psychological changes, and this seeks to prioritize autonomy, improved functionality, longevity and active aging. In this sense, an Integrative Literature Review was carried out with the objective of evaluating scientific knowledge related to group activities with elderly people in the community. Articles in Portuguese and English, published between 2010 and 2020, were selected in the *Lilacs*, *Scielo* and *Science Direct* databases and which addressed group activities with elderly people in primary care. Among the 53 articles indicated by the databases, 21 articles met the inclusion criteria, highlighting the importance of physiotherapy in primary care and health promotion, as well as the benefits of physical therapy in the health of the elderly and in improving their quality of care. life. It is concluded that there are gaps in the scientific production by physical therapists in this area, and also in the description of the activities developed. Therefore, it is suggested the systematization and dissemination of activities carried out with the elderly population in primary care, especially group work, confirming the participation of the physiotherapist in this level of performance and, thus, providing visibility of the profession and alternatives for a group population that grows in the country every day.

Keywords: Primary care. Physiotherapy. Elderly.

1 INTRODUÇÃO

O envelhecimento é um processo dinâmico e progressivo, caracterizado por alterações morfológicas, funcionais, bioquímicas e psicológicas, além de processo irreversível que busca pela longevidade, independência e autonomia da população idosa (PREVIATO et al., 2019).

Atualmente a proporção de idosos vem apresentando maiores taxas de crescimento populacional, exigindo mudanças na forma com que a sociedade enfrenta os novos problemas de saúde. Com base nisso, a Estratégia de Saúde da Família (ESF) se tornou fundamental para reorganizar o modelo de atenção à saúde no Sistema Único de Saúde (SUS), fortalecendo a atenção básica (SILVA et al., 2020). Nesta, existe a Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa (PNSPI) que tem como objetivo fortalecer e garantir a proteção da vida e da saúde dos idosos (OLIVEIRA et al., 2017).

Nesse contexto surge a necessidade de estratégias voltadas para essa população, como a criação de grupos de idosos dentro da ESF, para realizar um conjunto de ações de saúde, na esfera individual e coletiva, envolvendo a promoção, a prevenção de agravos, o diagnóstico, o tratamento, a reabilitação, a redução de danos e a manutenção da saúde (PLACIDELI e CASTANHEIRA, 2017).

Além do próprio processo de envelhecimento, há o chamado envelhecimento ativo, que é mais que apenas a ausência de doenças, no entanto, para a maioria dos idosos, a manutenção das habilidades e da independência funcional é o mais importante, e esses são os benefícios mais procurados por essa população nos grupos de convivência (PREVIATO et al., 2019).

O impacto das propostas de envelhecimento saudável, seja por meio de grupos de convivência ou grupos específicos de atividade física, na saúde dos idosos, tem como prioridade: melhora na qualidade de vida, maior equilíbrio, maior preocupação em cuidar da própria saúde, menor estresse percebido e menos sintomas de depressão. As ações educativas proporcionam aos idosos inúmeros benefícios, como a socialização e as mudanças no comportamento dos hábitos de vida (SILVA et al., 2020).

A educação em saúde deve incluir a participação ativa da comunidade e do grupo focado em atividades práticas além de fornecer informações sobre saúde e educação em saúde, que são conhecimentos essenciais para melhorar a qualidade de vida individual e coletiva dos participantes no processo. Além disso, deve-se ter uma equipe multiprofissional (que pode ser composta por Médicos, Enfermeiros, Nutricionistas, Psicólogos, Educadores Físicos e Fisioterapeutas) para auxiliarem nesse processo (CASTRO, 2018).

A fisioterapia é uma ciência do campo da saúde que estuda, previne e trata os distúrbios cinéticos funcionais intercorrentes em órgãos e sistemas do corpo humano, gerados por alterações genéticas, por traumas e por doenças adquiridas (CREFITO 2, 2011).

Na Estratégia de Saúde da Família (ESF), a fisioterapia foi a categoria profissional com o maior percentual de atendimentos, em geral as principais demandas são os agravos relacionados aos problemas osteomusculares, como lombalgia, cervicalgias, osteoartroses e dorsalgias, dentre outros, mas a fisioterapia vai além disso, a mesma pode e deve atuar na promoção de saúde (REIS et al., 2012).

Diante do exposto, observa-se que o profissional Fisioterapeuta tem grande importância para o desenvolvimento de atividades que promovam à saúde como atividades físicas, recreativas, oficinas de educação em saúde, passeios turísticos e visitas a outros grupos do município (PILGER et al., 2015). As atividades relacionadas ao equilíbrio, como a dança de salão, evidenciam uma melhora no equilíbrio e conseqüentemente na prevenção de quedas (PAIVA et al., 2019). Em um levantamento feito por Previato et al., (2019) com idosos participantes de Grupos de Convivência, 50% da população estudada apontaram a dança como

atividade em grupo que mais gostavam, seguido de atividades físicas (27%), passeios (20%), atividades manuais (2%) e 1% não soube responder.

Com relação a estudos sobre as academias de saúde, esses demonstram o potencial do programa como estratégia de promoção da saúde e do cuidado com os idosos (SÁ et al., 2016). Os exercícios na plataforma vibratória, jogos de *vídeo game* e treinos com exercícios aeróbios também comprovam a diminuição do risco de quedas e o encorajamento para desempenhar as atividades da vida diária. (FONTES et al., 2019). Já as oficinas de memória revelam a importância de se promover atividades diversas que possibilitem a preservação de suas capacidades cognitivas e o estímulo para novas aprendizagens (WANDERBROOKE et al., 2015).

Além disso, pode-se citar outras atividades a serem desenvolvidas em grupos de idosos, como: práticas integrativas e complementares, atividades aeróbicas e hidroginástica. Os exercícios devem ser de baixa e/ou moderada intensidade de acordo com a patologia e as condições físicas de cada idoso e devem ser organizados por meio da percepção das necessidades e limitações dos participantes e da localidade.

Nesta perspectiva, o presente estudo teve como objetivo analisar evidências disponíveis na literatura sobre o conhecimento científico relacionado às atividades de grupo desenvolvidas com idosos na atenção primária, por meio de uma revisão integrativa da literatura.

2 MÉTODOS

Utilizou-se a Revisão Integrativa (RI) da Literatura, método de revisão específico que sintetiza a literatura teórica ou empírica anterior para promover o entendimento de um determinado tema. Este método pode tornar os resultados de pesquisas mais acessíveis, reduzindo alguns obstáculos da utilização do conhecimento científico, pois possibilita ao leitor o acesso a diversas pesquisas realizadas, em um único estudo.

A questão norteadora para a realização desse estudo foi: Quais as principais atividades em grupo desenvolvidas na atenção básica para os idosos? Diante dessa pergunta, iniciou-se o levantamento da pesquisa em três bases de dados: Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (Lilacs), *Scientific Electronic Library Online (Scielo)* e *Science Direct*, utilizando a combinação dos seguintes descritores: Atenção primária (Primary care), Fisioterapia (Physiotherapy), Idoso (Elderly).

Os critérios de inclusão estabelecidos para a seleção dos artigos foram: artigos na íntegra, disponíveis *online*, nos idiomas português e inglês, publicados entre 2010 e 2020, que abordassem atividades em grupo para idosos na atenção básica.

O levantamento dos dados foi realizado entre junho e agosto de 2020, concomitantemente nas três bases de dados. No cruzamento dos descritores, foi encontrado um total de 53 artigos, dos quais nove se repetiram entre as bases de dados, restando 44 estudos em que, após serem lidos os resumos, foram selecionados 32 para leitura na íntegra, desses 11 não se enquadravam aos critérios de inclusão. Após a leitura desses artigos, 21 foram selecionados para compor a amostra.

A análise dos artigos ocorreu de forma descritiva, permitindo avaliar as seguintes características de cada artigo: identificação da publicação, metodologia dos estudos e relatos sobre envelhecimento e as atividades desenvolvidas na atenção básica.

3 RESULTADOS

Foram analisados 21 artigos na íntegra e, após a análise de conteúdo temático, os temas abordados foram divididos nas seguintes categorias: promoção em saúde, envelhecimento na atenção primária e importância da fisioterapia.

Em relação à caracterização dos estudos, quanto ao ano de publicação, foram utilizados: um artigo de 2020; quatro artigos de 2019; quatro artigos de 2018; dois artigos de 2017; três artigos de 2016; dois artigos de 2015; dois artigos de 2013 e três artigos de 2012.

Quanto à formação profissional do autor principal, quatro artigos foram publicados por Fisioterapeutas, seis por Enfermeiros, dois por Educadores Físicos e em nove publicações não foi possível identificar a categoria profissional dos autores. De acordo com a instituição de origem dos autores principais, todos os artigos estavam vinculados a universidades. A pesquisa foi constituída por 21 artigos que estão descritos no Quadro 1:

QUADRO 1 – Apresentação dos estudos identificados após busca nas bases de dados de acordo com o título, autor, ano, objetivo e conclusão

TÍTULO	AUTOR E ANO	OBJETIVO	CONCLUSÃO
Perfil de atendimento de um Núcleo de Apoio à Saúde da Família na área de reabilitação, Município de Belo Horizonte, Estado de Minas Gerais, Brasil.	REIS et al 2012	Descrever o perfil dos atendimentos realizados pelo Núcleo de Apoio à Saúde da Família (NASF) na área de reabilitação, Regional Barreiro, Belo Horizonte-MG, Brasil.	O perfil de atendimento do NASF demonstrou que essa estratégia contribuiu para a continuidade do cuidado em reabilitação pautado na integralidade e para a promoção do trabalho interdisciplinar na Atenção Primária à Saúde (APS).
Prática da atividade física como facilitadora da promoção de saúde: relato de experiência exitosa do Pró-saúde e Pet saúde da UNIFOR.	LAMBOGLIA et al. 2012	Relatar a experiência de um ano do programa de atividade física com os usuários do CSF Maria de Lourdes Jereissati na cidade de Fortaleza-CE.	Durante um ano de programa, foi possível desenvolver o trabalho em duas vertentes de maneira significativa, atuando no desenvolvimento e na implantação de um programa de promoção da saúde para a população local, proporcionando rica experiência acadêmica para os alunos da graduação.
Perspectivas de mulheres sobre o climatério: conceitos e impactos sobre a saúde na atenção básica.	LEITE et al. 2012	Conhecer as perspectivas sobre o climatério de mulheres assistidas na APS.	A indisponibilidade de serviços e ações de saúde à mulher climatérica usuária da APS poderá provocar reações e influências negativas nessa fase do seu ciclo vital.
A atividade física na atenção primária em saúde como estratégia de promoção da saúde dos idosos.	FARIAS 2013	Estimar a associação entre frequência/nível de atividade física e a autopercepção de saúde, controlando por fatores demográficos, socioeconômicos, de saúde, estilo de vida e relações sociais foi realizado uma análise de regressão logística binária múltipla.	O presente estudo destaca a positividade da atividade física supervisionada pela APS para a autopercepção de saúde dos idosos.
Contexto do cuidado fisioterapêutico:	SILVA et al.	Verificar, junto aos acadêmicos de fisioterapia de uma Instituição de	Os resultados demonstraram haver dificuldade à inserção do

reveses e vieses na inserção comunitária à atenção domiciliar.	2013	Ensino Superior pública, se estes se sentem habilitados para sua inserção no contexto familiar-domiciliar no sentido de prover cuidados de fisioterapia à pessoa idosa em estado de fragilidade e à sua família; e conhecer a opinião/percepção das famílias assistidas por estes graduandos sobre a intervenção da fisioterapia no contexto domiciliar.	fisioterapeuta na Atenção Básica, assinalando que o processo de formação precisa perspectivar os cuidados em nível primário ao alcance da integralidade no SUS.
Atividades de promoção à saúde para um grupo de idosos: um relato de experiência.	PILGER et al. 2015	Promover uma maior atenção ao fenômeno do envelhecimento e desenvolver ações que visem a promoção de saúde e prevenção de doenças, realizou-se uma parceria com uma Universidade Estadual e a Secretaria de Saúde do município de Guarapuava- PR, por meio de um projeto de extensão.	Ao final das atividades percebeu-se que dar voz ao idoso, ouvir suas histórias, realizar atividades recreativas, físicas, trabalhar com educação em saúde, incentivar a socialização é ferramenta de estudo e conhecimento, não só para os acadêmicos de enfermagem, mas para os outros profissionais de saúde, familiares e para a comunidade.
Oficina de memória para idosos em uma unidade básica de saúde: um relato de experiência.	WANDER BROOCKE et al. 2015	Promover estímulo cognitivo, com foco principal na memória, e socialização entre os participantes, em consonância com as Políticas Públicas voltadas para a promoção do processo de envelhecimento ativo.	Os resultados evidenciam o potencial do Programa como estratégia de promoção da saúde e produção do cuidado nas comunidades, sendo fundamental qualificar suas ações em todo o país. Considera-se a importância de propostas voltadas para a estimulação das capacidades cognitivas, novos aprendizados e socialização para idosos como importante meio de manutenção da autoestima. As Oficinas de Memória configuram uma possibilidade diante da demanda por serviços e ações de promoção de saúde mental nas UBS.
A interdisciplinaridade vivenciada em um grupo de idosos de uma unidade de saúde da família do Recife.	BARBOSA ET AL. 2016	Relatar experiência interdisciplinar vivenciada em uma Unidade de Saúde da Família (USF) com um Grupo de Idosos, por meio do Programa de Educação pelo Trabalho para a Saúde (PET-Saúde) desenvolvido na Universidade Federal de Pernambuco (UFPE).	A participação dos estudantes no Grupo de Idoso contribuiu para incrementar as ações da equipe de saúde da USF, uma vez que auxiliaram e dinamizaram as atividades voltadas para a educação e promoção em saúde com os idosos participantes.
Exercício físico aplicado a idosos como recurso para promoção de saúde na atenção primária à saúde. Belém-Pará.	TEXEIRA 2016	Avaliar os efeitos do exercício físico realizado em um grupo de idosos de uma Unidade Municipal de Saúde (UMS) enquanto recurso para prevenção de agravos à saúde (sintomas depressivos e risco de quedas) e promoção de saúde, com	A prática de exercício físico realizada no ambiente da Atenção Primária à Saúde evidencia uma estratégia capaz de, não apenas estimular, mas criar a oportunidade para a população idosa adotar estilo

		ênfase na qualidade de vida, bem como avaliar a percepção dos idosos sobre seus efeitos.	de vida saudável que ocasiona a emancipação física e a manutenção da capacidade funcional, resultando em melhor qualidade de vida dessa população.
O Programa Academia da Saúde como estratégia de promoção da saúde e modos de vida saudáveis: cenário nacional de implementação.	SÁ et al 2016	Descrever o cenário da implantação do Programa e apresentar características de seu funcionamento no país.	Os resultados evidenciam o potencial do Programa como estratégia de promoção da saúde e produção do cuidado nas comunidades, sendo fundamental qualificar suas ações em todo o país.
Atenção à saúde da pessoa idosa e ao envelhecimento em uma Rede de Serviços de Atenção Primária.	Placideli e Castanheira 2017	O objetivo deste estudo foi analisar os serviços de APS quanto à oferta e organização de ações ao envelhecimento e à saúde da pessoa idosa, de uma Rede Regional de Atenção à Saúde do centro-oeste paulista.	Os resultados sugerem que estes serviços desenvolvem ações de atenção ao envelhecimento de modo incipiente e limitado às doenças crônicas não transmissíveis.
Promoção da saúde e intersetorialidade na rede de atenção ao idoso.	OLIVEIRA et al. 2017	Analisar a relação entre promoção da saúde na rede de cuidados e a perspectiva intersetorial na atenção ao idoso.	Apesar da legislação pertinente ao idoso ter avançado significativamente nos últimos anos, isso não se concretizou na maioria dos municípios pesquisados. Não existe uma rede de saúde específica para a atenção ao idoso, sendo este atendido na APS. Sobre a promoção da saúde, as ações destinadas ao idoso são pontuais e isoladas, advindas de uma redução conceitual desse termo.
Práticas integrativas e complementares: avanços e desafios para a promoção da saúde de idosos.	SANTOS et al. 2018	Identificar avanços e desafios na Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares para a promoção à saúde de idosos.	O impacto dos avanços supera qualitativamente os desafios dessa política, que segue em processo de expansão no SUS. Implicações para a prática esses resultados podem subsidiar avaliação no ciclo da política pública.
Educação Permanente em Saúde na atenção ao idoso: dificuldades e facilidades do Núcleo de Apoio à Saúde da Família.	NOGUEIRA e BALDISSEIRA 2018	Analisar as dificuldades e facilidades da Educação Permanente em Saúde desenvolvida pelo NASF na atenção ao idoso.	Retratar o universo da Educação Permanente em Saúde poderá contribuir com os movimentos de reflexão, planejamento e avaliação das práticas educativas e assistenciais acerca da saúde do idoso, praticadas pelo NASF.
Competências para formação do fisioterapeuta no âmbito das diretrizes curriculares e promoção da saúde.	BORGES 2018	Relacionar as competências preconizadas pelas Diretrizes Curriculares Nacionais com a promoção da saúde definidas pelo CompHP e identificar essas competências em quatro projetos	Concluiu-se que a formação do fisioterapeuta, nesses cursos analisados, ainda está centrada na doença e modelo biomédico, desarticuladas com as competências preconizadas

		pedagógicos de cursos de fisioterapia em Goiânia (GO).	pelas diretrizes e para promoção da saúde.
Promoção da saúde da pessoa idosa: ações realizadas na APS.	CASTRO 2018	Conhecer as ações de promoção da saúde desenvolvidas pelos profissionais da ESF em relação à pessoa idosa.	Evidenciou-se a necessidade de discussão sobre a promoção da saúde e suas ações para realizá-las com idosos, sendo indispensável o debate e a reflexão sobre a temática localmente e a necessidade de construir uma rede de apoio à saúde da pessoa idosa compartilhada entre profissionais, gestores e comunidade.
Intervenção fisioterapêutica na melhora do equilíbrio em idoso com diabetes mellitus tipo 2: uma revisão sistemática.	FONTES et al. 2019	Analisar as intervenções fisioterapêuticas na melhora do equilíbrio em idosos com Diabetes mellitus tipo 2.	Os profissionais de saúde devem considerar as intervenções fisioterapêuticas como estratégias para obter melhores resultados ao longo do tempo com esses pacientes.
Dança de salão na prevenção de quedas em idosos: estudo caso controle.	PAIVA et al. 2019	Avaliar a prática da dança de salão na prevenção de quedas em idosos.	A dança de salão protegeu na prevenção de quedas da pessoa idosa como também em seu equilíbrio.
Efeito da cinesioterapia no equilíbrio e na qualidade de vida em um grupo da terceira idade.	PRADO E GRAEFLI NG 2019	Verificar o efeito de um programa de exercícios de cinesioterapia no equilíbrio e na qualidade de vida em um grupo da terceira idade.	A aplicação de um programa de cinesioterapia em um grupo da terceira idade parece exercer efeito positivo sobre o equilíbrio de idosos, embora não tenha apresentado diferença estatística nos domínios da qualidade de vida.
Grupo de convivência para idosos na atenção primária à saúde: contribuições para o envelhecimento ativo.	PREVIAT O et al. 2019	Analisar as contribuições do grupo de convivência de idosos para o envelhecimento ativo na perspectiva de seus participantes.	A percepção dos idosos frente a participação no grupo de convivência remeteu a momentos de lazer, socialização, aprendizado e melhora da saúde física e mental, contribuindo para ampliar a qualidade de vida enquanto envelhecimento ativo.
Práticas de promoção da saúde para pessoa idosa: revisão integrativa da literatura.	SILVA et al. 2020	Caracterizar o conhecimento científico no período entre 2012 e 2017 que contemplam as práticas de promoção da saúde realizadas pelo NASF - AB para pessoa idosa.	Verificou-se ausência de práticas que envolvam todos os eixos da Política Nacional de Promoção da Saúde e da Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa.

No que se refere ao idioma, seis publicações estavam disponíveis em inglês e português e quinze estavam disponíveis, apenas em português. Com relação ao país-sede do estudo, todos foram feitos no Brasil e quanto ao periódico de publicação, foram detectados vinte e um, sendo quinze revistas específicas de gerontologia e/ou geriatria e enfermagem.

4 DISCUSSÃO

O envelhecer é um processo natural, individual, irreversível e progressivo, caracterizado por alterações morfológicas, funcionais, bioquímicas e psicológicas, que busca a manutenção da funcionalidade e da qualidade de vida (PRADO; GRAEFLING, 2019). Inclusive pode-se destacar que a população idosa vem aumentando consideravelmente em todo país, de acordo com registros do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) haviam cerca de 30,2 milhões de idosos em 2017 (BRASIL, 2017). Segundo Santos et al., (2018), reconhece-se que o envelhecer é uma conquista e, ao mesmo tempo, um grande desafio para os gestores públicos e para a sociedade, sendo necessárias ações efetivas de promoção de saúde que priorizem a prevenção de doenças, o controle das condições de cronicidade e a manutenção da autonomia, assegurando melhor saúde e qualidade de vida, para que a maioria dos idosos possa ter um envelhecimento saudável.

Em 2006, a partir da aprovação da Política Nacional de Promoção da Saúde (PNPS), foram propostos temas prioritários a serem desenvolvidos nas diferentes esferas de governo, dentre elas: a promoção da cultura e direitos humanos e a promoção de práticas corporais e atividades físicas (SILVA et al., 2020). Dentro da PNPS foi criada a Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa (PNSPI) que fortalece e garante a proteção da vida e da saúde dos idosos e tem como principal compromisso a promoção do envelhecimento saudável, a manutenção da capacidade funcional e o apoio às necessidades de saúde dos idosos, que devem acompanhar as avaliações regulares (OLIVEIRA et al., 2017).

Segundo Placideli e Castanheira (2017), uma das maiores preocupações da velhice é a diminuição do nível de independência e autonomia, e evitá-la ou postergá-la torna-se uma função da equipe de saúde, em especial na atenção primária, sendo o contato inicial e preferencial dos usuários com o SUS. A atenção à pessoa idosa deve ser um trabalho conjunto entre as equipes de saúde, idoso e a família.

Os grupos de convivência desenvolvidos nas atenção primária de saúde (APS) visam ampliar as vivências culturais e sociais, melhorar a autoconfiança do idoso, promover o envelhecer ativo, independente e autônomo, interação e inclusão social, realização de atividades de socialização, interação entre os participantes, além do lazer, possibilitando melhora do humor, da ansiedade, da depressão e um idoso ativo (PREVIATO et al., 2019). Além disso pode-se destacar a importância da intersetorialidade entre os profissionais e os benefícios que proporcionam (NOGUEIRA E BALDISSERA, 2018).

Embora o envelhecimento ativo seja mais que a ausência de doenças, para a maioria dos idosos, a manutenção da habilidade funcional é o mais importante, e esse é um benefício muito procurado por essa população nos grupos de convivência, ainda mais quando vinculados aos serviços de saúde, como na APS (PREVIATO et al., 2019). Enquanto o interesse da minoria dos idosos é expresso no cuidado e na prevenção a problemas que afetam as pessoas durante o envelhecimento, como a prevenção a quedas, alimentação saudável, atividade física, o corpo e o envelhecimento (BARBOSA et al., 2016).

De acordo com Silva et al., (2013), entende-se a fisioterapia como uma ciência do campo da saúde que estuda, previne e trata os distúrbios cinéticos funcionais intercorrentes em órgãos e sistemas do corpo humano, gerados por alterações genéticas, por traumas e por doenças adquiridas e considera-se, portanto, a participação do profissional de fisioterapia fundamental na atenção básica.

Na Estratégia de Saúde da Família (ESF), a fisioterapia foi a categoria profissional com o maior percentual de atendimentos, em geral as principais demandas são os agravos relacionados aos problemas osteomusculares, como lombalgia, cervicalgias, osteoartroses e

dorsalgias, dentre outros, mas a fisioterapia vai além disso, a mesma pode e deve atuar na promoção de saúde (REIS et al., 2012).

De acordo com as competências e habilidades da fisioterapia, os conhecimentos, valores e atitudes que fundamentarão a atuação profissional são estabelecidas de acordo com o art. 4º das DCN/Fisio define seis competências e habilidades gerais para o exercício da profissão de fisioterapeuta: 1) atenção à saúde, que se refere à atuação em todos os níveis de saúde de forma integrada e contínua, tanto em nível individual quanto coletivo; 2) tomada de decisões para avaliar, sistematizar e decidir condutas adequadas baseadas em evidências científicas; 3) comunicação, que propicia a interação entre profissionais e comunidade; 4) liderança pautada no trabalho em equipe multiprofissional com responsabilidade e empatia para tomada de decisões; 5) administração e gerenciamento, tanto da força de trabalho quanto recursos físicos e materiais; 6) educação permanente que favorece a aprendizagem contínua (BORGES, 2018).

Segundo Texeira (2016), o fisioterapeuta, na Atenção Primária à Saúde, assume papel de suma importância na saúde da pessoa idosa, principalmente no que diz respeito a promoção de saúde e utilização do exercício físico e prática corporal como recurso para o idoso. Isso porque, o Fisioterapeuta é capacitado para exercer a prática de atividade corporal e cinesioterapia e também contribuir na prevenção de agravos e promoção de saúde em grupos de idosos, podendo realizar alongamentos, caminhadas, treinos de equilíbrio e fortalecimento muscular, fazendo com que todos os benefícios do exercício físico se apliquem aos idosos da comunidade, diminuindo o risco de doenças, prolongando o bem-estar e a funcionalidade durante o processo de envelhecimento com melhoria da qualidade de vida dessa crescente população.

A educação em saúde deve incluir a participação ativa da comunidade e do grupo focado em atividades práticas. Deve fornecer informações sobre saúde e educação em saúde, que são conhecimentos essenciais para melhorar a qualidade de vida individual e coletiva dos participantes no processo (CASTRO, 2018). As atividades de promoção à saúde que podem ser desenvolvidas, de acordo com a literatura pesquisada, englobavam atividades físicas (alongamentos, caminhadas, exercícios que trabalhavam com a coordenação fina, flexibilidade, entre outros), recreativas (brincadeiras, músicas, desenhos e pinturas), oficinas de educação em saúde (abordava assuntos de acordo com o interesse e conhecimento dos participantes), passeios turísticos e visitas a outros grupos do município. As ações realizadas devem ser estruturadas e organizadas por meio da percepção das necessidades e limitações dos participantes (PILGER et al., 2015).

A fisioterapia pode exemplificar a sua atuação e seus resultados em grupos de idosos, como o efeito positivo sobre o equilíbrio de idosos, o que possivelmente diminui o risco de quedas e aumenta a independência nas atividades diárias (PRADO; GRAEFLING, 2019).

O estudo Paiva et al., (2019) analisou o equilíbrio dos idosos e a prevenção de quedas com a dança de salão e observou que a atividade física é um protetor para quedas, já que entre os riscos para quedas estão o déficit de equilíbrio e a menor força em membros inferiores. No entanto, percebe-se que nos serviços de atenção primária não há programas de incentivo a práticas de atividades físicas, agravando ainda mais a condição do envelhecimento, deste modo, sugere-se que os profissionais de saúde incentivem esta atividade, pois além de contribuir para saúde física na prevenção de quedas ajuda a inserí-lo no contexto social.

Fontes et al., (2019) descreveram no seu estudo a intervenção incluindo exercícios de reabilitação do equilíbrio e marcha de idosos com fortalecimento, utilizou exercícios vibratórios, jogos de *vídeo game* e exercícios aeróbicos. Os resultados implicam que as diferentes intervenções fisioterapêuticas interferiram positivamente no equilíbrio, produzindo resultados encorajadores na diminuição do risco de queda nestes indivíduos.

Em um levantamento com idosos participantes de Grupos de Convivência, 50% dos idosos apontaram a dança como atividade em grupo que mais gostavam, seguido de atividades físicas (27%), passeios (20%), atividades manuais (2%) e 1% não soube responder (PREVIATO et al., 2019).

Com relação as práticas integrativas e complementares (PICs), Lian Gong e Tai Chi Pai Li apresentam avanços na promoção da saúde de idosos com impactos positivos das práticas sobre a saúde e bem-estar dos idosos, porém tendo como os principais desafios a capacitação dos orientadores das práticas, às adequações de infraestrutura para a oferta das práticas, a maior divulgação nos meios de comunicação e, conseqüentemente, ao aumento da população idosa praticante (SANTOS et al., 2018).

O Programa Academia da Saúde inclui ações de promoção da alimentação saudável e ações de educação em saúde, além de práticas integrativas, complementares e artísticas, resultando na disseminação das atividades, inclusão de grande parte da população e acessibilidade (SÁ et al., 2016).

Os grupos com a oficina de memória tem como objetivo principal da atividade promover estímulo cognitivo, com foco na memória e socialização entre os participantes já que muitos idosos relatam ter medo de perder a memória e esse grupo promove um envelhecimento ativo e uma garantia da qualidade de vida nas etapas mais avançadas do ciclo de vida (WANDERBROOKE et al., 2015).

Um programa de incentivo a atividades físicas foi realizado duas vezes por semana, com duração de 60 minutos, com aulas que consistiram em atividades aeróbicas, exercícios de força, flexibilidade, equilíbrio e consciência corporal, sendo realizadas, simultaneamente, abordagens teóricas sobre diversos temas, como: benefícios da atividade física no sistema cardiorrespiratório; efeitos do exercício no miocárdio, na pressão arterial e na frequência cardíaca (FC); autocontrole da FC em repouso e em exercício; imagem corporal; melhora de autoestima; bem-estar e estilo de vida ativo. Diante do exposto, constatou-se a importância das atividades físicas, a promoção de saúde e do desafio de evitar o sedentarismo (LAMBOGLIA et al., 2012).

Em um grupo para mulheres no climatério, a condição de sedentarismo poderá favorecer o surgimento ou agravamento de certas doenças como a osteoporose, artrite, diabetes, hipertensão arterial e doença arterial coronariana, entre outras e a prática da atividade física regular é fundamental para a manutenção da saúde e prevenção das doenças crônicas, no que diz respeito à prevenção primária e secundária para a promoção de um envelhecimento saudável. As atividades físicas regulares promovem bem-estar emocional, mental e físico, sendo as mais comuns a caminhada com 82%, seguida de atividades aeróbicas com 10%, e por fim a dança com 8% (LEITE et al., 2012).

Em um estudo realizado com um grupo de idosos foram desenvolvidas as seguintes atividades: caminhada, exercícios em aparelhos, dança, karatê e hidroginástica, com o objetivo de oferecer exercícios aeróbicos, de flexibilidade, de equilíbrio e de força muscular. As atividades são dispostas em dois dias da semana, durante uma hora e quinze minutos com um rodízio semanal pelos exercícios, exceto a caminhada que são um dia por semana e uma hora. O estudo detectou que a prática regular de atividade física se configura como um importante instrumento de gestão de saúde para a terceira idade e destaca a positividade da atividade física supervisionada pela APS para a autopercepção de saúde dos idosos (FARIAS, 2013).

A cinesioterapia também pode contribuir na prevenção de agravos e promoção de saúde em grupos de idosos, ao realizar alongamentos, caminhadas, treinos de equilíbrio e fortalecimento muscular, fazendo com que todos os benefícios do exercício físico se apliquem aos idosos da comunidade, diminuindo o risco de doenças, prolongando o bem-estar e a

funcionalidade durante o processo de envelhecimento com melhoria da qualidade de vida dessa crescente população (TEIXEIRA 2016).

É de suma importância incentivar a prática de exercício físico, fazer uso de palestras para gerar conhecimento, utilizar jogos e brincadeiras para melhorar a memória e promover a prática de atividades interativas, como dança e dinâmicas de grupo para promover um envelhecimento ativo e a autonomia dos idosos (PRADO; GRAEFLING, 2019).

Diante do exposto, este estudo chama a atenção dos profissionais da saúde, especialmente Fisioterapeutas, para as lacunas existentes na descrição das atividades desenvolvidas na ESF, assim como para a importância da fisioterapia na atenção primária, na promoção da saúde e no envelhecimento ativo do idoso.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo possibilitou caracterizar a produção científica quanto as atividades com grupos de idosos na atenção básica. No total, 21 artigos preencheram os critérios de inclusão e fizeram parte desta RI.

Três categorias temáticas foram estabelecidas, para a análise dos estudos: promoção em saúde, envelhecimento na atenção primária e importância da fisioterapia. Observou-se a contribuição da promoção de saúde na atenção básica, a evolução física e pessoal dos idosos com as atividades desenvolvidas, além da atuação da fisioterapia.

Com relação à categorização dos estudos, observou-se lacunas para descrever as atividades desenvolvidas pelos idosos na atenção primária. Detectou-se, também, baixa produção científica dos fisioterapeutas como autor principal, fazendo-se necessária uma reflexão sobre a temática, para que novas pesquisas sejam desenvolvidas e divulgadas.

Quanto aos aspectos relacionados as atividades com idosos na atenção primária, apenas onze estudos especificaram as atividades desenvolvidas, enquanto que os demais mencionaram a importância da promoção de saúde.

Portanto, de acordo com os resultados desta RI, sugere-se aos profissionais de saúde, em especial fisioterapeutas, uma maior atuação e assistência na produção de pesquisas direcionadas as atividades desenvolvidas por idosos da atenção primária, destacando a importância da fisioterapia e principalmente a descrição das atividades realizadas e os seus resultados alcançados, sistematizando assim essas informações.

REFERÊNCIAS

PREVIATO, G.F.; Nogueira, I.S.; Mincoff, R.C.L.; Jaques, A.E.; Carreira, L.; Baldissera, V. D.A.. Grupo de convivência para idosos na atenção primária à saúde: contribuições para o envelhecimento ativo. **Rev. Pesqui. Cuid. Fundam.** (Online); v. 11, n. 1, p. 173-180, jan.-mar., 2019.

SILVA, J.L.B.V.; Queiroz, R.B.; Bittencourt, G.K.G.D.; Ferreira, O.G.L.; Bezerra, V.P.; Piagge, C.S.L.D. Práticas de promoção da saúde para pessoa idosa: revisão integrativa da literatura. **Rev. Pesqui. Univ. Fed. Estado Rio J.**, (Online); 12: 87-93, jan.-dez. 2020. Ilus. Artigo em Inglês, Português | LILACS, BDENF - Enfermagem | ID: biblio-1047784.

OLIVEIRA, T.R.P.R.; Mattioli, C.D.P.; Barcelos, B.J.; Horta, N.C.; Lacerda, T.T.B. Promoção da saúde e intersetorialidade na rede de atenção ao idoso. **Geriatr., Gerontol. Aging** (Impr.) ; 11(4): 182-188, out.-dez. 2017. Artigo em Inglês, Português | LILACS | ID:

biblio-876609 Biblioteca responsável: BR275.1 Localização: BR275.1 - Biblioteca do Instituto Evandro Chagas.

PLACIDELI, N.; Castanheira, E.R.L.. Atenção à saúde da pessoa idosa e ao envelhecimento em uma Rede de Serviços de Atenção Primária. **Rev. Kairós** ; 20(2): 247-269, jun. 2017. Artigo em Português | LILACS | ID: biblio-884089. Biblioteca responsável: BR195.3.

CASTRO, A.P.R.; Vidal, E.C.F.; Saraiva, A.R.B.; Arnaldo, S.M.; Borges, A. M.M.; Almeida, M.I. Promoção da saúde da pessoa idosa: ações realizadas na atenção primária à saúde. **Rev. bras. geriatr. gerontol.** (Online) ; 21(2): 155-163, Apr.-Mar. 2018. Artigo em Inglês, Português | LILACS | ID: biblio-958905 Biblioteca responsável: BR1421.1.

CREFITO2. Conselho Regional de Fisioterapia e Terapia Ocupacional da 2ª Região. **Fisioterapia - Definição** | Crefito 2 - Conselho Regional de Fisioterapia e Terapia Ocupacional da Segunda Região, 06/10/2020.

REIS, D.C.; Flisch, T.M.P.; Vieira, M.H.F.; Santos-Junior, W.S. Perfil de atendimento de um Núcleo de Apoio à Saúde da Família na área de reabilitação, Município de Belo Horizonte, Estado de Minas Gerais, Brasil, 2009. **Epidemiol. serv. saúde** ; 21(4): 663-674, 2012. Artigo em Português | LILACS | ID: lil-661786. Biblioteca responsável: BR275.1.

PILGER, C.; Prezotto, K.H.; Ottoni, J.D.S.; Lima, D.C.R.; Zanelatto, R.; Xavier, A. M.; Mello, R.. Atividades de promoção à saúde para um grupo de idosos: um relato de experiência. **Rev. enferm. atenção saúde**; 4(2): 91-97, 2015. Artigo em Português | BDEFN - Enfermagem | ID: bde-27408.

PAIVA, E. P.; Loures, F.B.; Marinho, S. M. Dança de salão na prevenção de quedas em idosos: estudo caso controle / Social dancing to prevent falls in older adults: a control case study / Baile de salón para prevenir caídas en ancianos: estudio de caso controle. **Rev. cuid.** (Bucaramanga. 2010); 10(3): e850, 2019. **Tab. Artigo em Português** | LILACS-Express | ID: biblio-1094652.

SÁ, G. B. A. R.; Dornelles, G. C.; Cruz, K. G.; Amorim, R. C.A.; Andrade, S. S.C.A. ; Oliveira, T. P.; Silva, M. M. A.; Malta, D. C.; Souza, M.F. M. O Programa Academia da Saúde como estratégia de promoção da saúde e modos de vida saudáveis: cenário nacional de implementação / The Health Academy Program as a strategy to promote health and healthy lifestyles: the national implementation scenario. **Ciênc. saúde coletiva**; 21(6): 1849-1860, Jun. 2016. tab, graf. Artigo em Português | LILACS | ID: lil-783922.

FONTES, F. P.; Correia, L. C; Lima Filho, B. F.; Gazzola, J. M.. Intervenção fisioterapêutica na melhora do equilíbrio em idoso com diabetes mellitus tipo 2: uma revisão sistemática / Physical therapy intervention to improve balance in elderly type 2 diabetes mellitus with: a systematic review. **Rev. bras. ciênc. mov**; 27(3): 200-209, jan.-mar.2019. ilus, tab Artigo em Português | LILACS | ID: biblio-1016242.

WANDERBROOKE, A. C.; Folly, P.P.; Maba, P. C.; Carvalho, T. Oficina de memória para idosos em uma unidade básica de saúde: um relato de experiência / Memory workshops for seniors in a health basic unit: an experience repor. **Psicol. Rev**; 24(2): 253-263, dez. 2015. Artigo em Português | LILACS | ID: biblio-909079

PRADO, L.; Graefling, B.C.F.; Efeito da cinesioterapia no equilíbrio e na qualidade de vida em um grupo da terceira idade. **Estud. interdiscip. envelhec**; 24(2): 129-146, set. 2019. tab, ilus,graf; Artigo em Português | LILACS, Index Psicologia - Periódicos técnico-científicos | ID: biblio-1096189.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Envelhecimento e saúde da pessoa idosa**. Brasília, 2006.

SANTOS, M.S.; Amarello, M.M.; Vigeta, S.M.G.; Horta, A.L.M.; Tanaka, L.H.; Souza, K.M.J.. Práticas integrativas e complementares: avanços e desafios para a promoção da saúde de idosos. **REME Rev. min. enferm**; 22: e-1125, 2018. Artigo em Português | LILACS, BDENF - Enfermagem | ID: biblio-912111.

NOGUEIRA, I.S.; Baldissera, V.D. A.. Educação Permanente em Saúde na atenção ao idoso: dificuldades e facilidades do Núcleo de Apoio à Saúde da Família. **Esc. Anna Nery Rev. Enferm**; 22(2): e20180028, 2018. Artigo em Português | LILACS, BDENF - Enfermagem | ID: biblio-953440. Biblioteca responsável: BR21.1. Localização: BR442.1.

BARBOSA, A. S.; Andrade, G. C.L.; Pereira, C.O.; Falcão, I.V. A interdisciplinaridade vivenciada em um grupo de idosos de uma unidade de saúde da família do Recife. **Rev. APS**; 19(2): 315-320, abr. 2016. Artigo em Português | LILACS | ID: biblio-831597.

SILVA, L.W.S.; Souza, M.; Souza, T.O.; Souza, T.F. Contexto do cuidado fisioterapêutico: reveses e vieses na inserção comunitária à atenção domiciliar. **Rev. Kairós** ; 16(2): 79-101, jun. 2013. Artigo em Português | LILACS | ID: lil-768822 Biblioteca responsável: BR195.3.

BORGES, K.P.. Competências para formação do fisioterapeuta no âmbito das diretrizes curriculares e promoção da saúde. **Saúde e pesqui. (Impr.)**; 11(2): 347-358, Maio-Ago 2018. Artigo em Português | LILACS | ID: biblio-912534.

TEIXEIRA, J.N.B. **Exercício físico aplicado a idosos como recurso para promoção de saúde na atenção primária à saúde**. Belém-Pará; s.n; 2016. 88 p. Tese em Português | Coleciona SUS | ID: biblio-942792.

LAMBOGLIA, C. M. G. F.; Franchi, K.M. B.; Batista, L.G.; Maia, D. S.S. Prática da atividade física como facilitadora da promoção de saúde: relato de experiência exitosa do Pró-saúde e Pet saúde da UNIFOR / Physical activity practice as health promotion help: report of a successful experience of Pró Saúde and Pet Saúde UNIFOR . **Rev. bras. promoç. saúde (Impr.)**; 25(4)out.-dez. 2012. Artigo em Português | LILACS | ID: lil-668539.

LEITE, E.S.; Oliveira, F. B.; Martins, Á. K. L.; Ramalho, K. K. A.; Torquato, J. A.. Perspectivas de mulheres sobre o climatério: conceitos e impactos sobre a saúde na atenção básica / La perspectiva de las mujeres sobre la menopausia: conceptos y los impactos sobre la salud en atención primaria / Perspectives on women climacteric: concepts and impacts on health basic care. **Rev. Pesqui. (Univ. Fed. Estado Rio J., Online)**; 4(4): 2942-2952, out.-dez. 2012. Tab. Artigo em Português | BDENF - Enfermagem | ID: biblio-1029825.

FARIAS, A. J. **A atividade física na atenção primária em saúde como estratégia de promoção da saúde dos idosos** / Physical activity in primary health care as a health

promotion strategy for the elderly. Rio de Janeiro; s.n; 2013. 78 p. tab. Tese em Português | LILACS | ID: lil-711377.