



ISSN: 2674-8584 V1 – N1– 2022

BENEFÍCIOS DA FISIOTERAPIA RESPIRATORIA EM IDOSOS RESIDENTES EM INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA

BENEFITS OF RESPIRATORY PHYSIOTHERAPY IN ELDERLY RESIDENTS IN LONG STAY INSTITUTIONS

João Vitor Ferreira Freitas

Graduando em Fisioterapia, UNIBRAS.

E-mail: joaovitor.fisio10@gmail.com

Fernando Duarte Cabral

Professor Mestre em Fisioterapia, UNIBRAS.

E-mail: fernandofisio2@hotmail.com

RESUMO

O objetivo do estudo é identificar os ganhos que o idoso pode ter com a fisioterapia respiratória, este trabalho será uma revisão literária utilizando plataformas digitais como Google acadêmico e Scielo, onde será selecionado textos e artigos com temas relacionados a fisioterapia respiratória em idosos. A pesquisa será realizada com a linguagem nacional, e os resultados encontrados Visam também ao condicionamento físico e respiratório a educação de um individuo sadio normal, como respirar corretamente, como forma de prevenção no intuito de evitar uma disfunção respiratória ou que uma disfunção se instale, podendo concluir que a fisioterapia respiratoria em idosos institucionalizados è eficaz e preventivo a varias doenças respiratorias, visando fornecer ao idoso uma melhor qualidade de vida e que o mesmo possa ter a sua atividade de rotina sem nenhum desconforto.

Palavras - Chave: Envelhecimento; Doenças Respiratórias; Idosos; ILPI..

ABSTRACT

The aim of the study is to identify the gains that the elderly can have with respiratory physiotherapy, this work will be a literary review using digital platforms such as Google Academic and Scielo, where texts and articles on topics related to respiratory physiotherapy in the elderly will be selected. The research will be carried out in the national language, and the results found Also aim at the physical and respiratory conditioning education of a normal healthy individual, how to breathe correctly, as a form of prevention in order to avoid a respiratory dysfunction or that a dysfunction is installed, It can be concluded that respiratory physiotherapy in institutionalized elderly is effective and prevents various respiratory diseases, aiming to provide the elderly with a better quality of life and that they can have their routine activity without any discomfort.

Key words: Physiotherapy; respiratory diseases; seniors; ILPI.

1. INTRODUÇÃO

A fisioterapia respiratória fornece ao idoso uma qualidade de capacidade funcional para que tenha uma independência funcional mais duradoura, a fisioterapia na terceira idade é de suma importância, sabemos que o corpo sofre algumas alterações e fica mais frágeis a doenças, mais suscetíveis à quedas e o envelhecimento saudável é um dos grandes desafios para ser vencido. Na Instituição de Longa Permanência para Idosos (ILPI) a fisioterapia respiratória entra exatamente nessa questão, pois quando já se tem um problema instalado inicialmente e com a fisioterapia iremos conseguir fazer com que ele até mesmo retarde a sua evolução.

A fisioterapia respiratória visa o condicionamento físico do sistema respiratório, procurando aumentar a resistência e a força dos músculos respiratórios, e objetivando a readaptação do ambiente a uma convivência satisfatória com sua condição, reintroduzindo-o a suas atividades de vida diária e as suas funções, Visam também ao condicionamento físico e respiratório a educação de um indivíduo sadio normal, como respirar de forma correta, como forma de prevenção no intuito de evitar uma doença respiratória ou que uma disfunção se instale. Por esses motivos torna-se relevante uma pesquisa sobre os benefícios da fisioterapia respiratória em idosos de ILPI.

1.1 OBJETIVOS

A presente pesquisa teve como finalidade identificar os benefícios que os idosos institucionalizados pode ter com a fisioterapia respiratória.

2. REVISÃO DA LITERATURA

Processo de Envelhecimento

O processo do envelhecimento ocorre mediante características pessoais de cada ser humano, embora apresentando mesma idade, os indivíduos possuem processos diferentes para envelhecer. De forma geral as pessoas idosas possuem como semelhança de vários fatores predisponentes que devem ser detectados e tratados, também a presença de ao menos uma doença crônica (ELIOPOULOS, 2005).

O autor relata que o stress ambiental, o stress do dia a dia e as doenças predisponentes podem possibilitar um avanço dos processos básicos de envelhecimento, podendo aumentar a vulnerabilidade do indivíduo ao stress ambiental e a doenças crônicas. Spirduso (2005).

De acordo com o critério adotado pela Organização Mundial de Saúde (OMS) idoso é aquele indivíduo que tenha sessenta anos de idade ou mais, critério esse também adotado (PNI) Política Nacional Do Idoso (RODRIGUES; SOARES, 2006).

O idoso pode ser dividido em classes: o idoso jovem que é aquele idoso que tem entre 65 a 74 anos; o idoso velho que tem entre 75 a 84 anos e o idoso muito velho que são os idosos acima de 85 anos. Desta forma o envelhecimento é considerado um processo, já a velhice é considerada como uma fase da vida e o idoso como um resultado. Costa e Porto (2001 apud ORNELLAS, 2008)

Entre tanto o envelhecimento não deve ser considerado como um processo homogêneo, pois cada ser humano vivencia esse processo da vida de uma maneira, considerando sua história de vida particular e todos os aspectos estruturais a ela relacionados, como educação, saúde e condições econômicas. (MINAYO; COIMBRA JR., 2002, p. 14).

As doenças que mais chamam atenção na população idosa são: Acidente Vascular Encefálico (AVE), hipertensão arterial, transtornos cognitivos, diabetes, doenças reumáticas e respiratórias (Mangione 2002).

Instituição de Longa Permanência para Idosos (ILPI)

A língua portuguesa nos traz que a instituição é o ato de instituir, de estabelecimento, de criação, de educação, de associação ou organização de caráter social, filantrópico e até mesmo religioso. Por sua vez dar o caráter de instituição é institucionalizar, (ALCÂNTARA, 2009).

De acordo com (NUNES, 2008), as Instituições De Longa Permanência Para Idosos surgiram com a nomenclatura de asilos na Europa do século XVI e abrigavam idosos, meliantes, considerados estereótipos negativos associados a pobreza, abandono ou rejeição familiar e deficientes mentais. Na atualidade esse processo de institucionalização pode acontecer por diversos motivos como: a situação financeira desfavorável, a falta de estrutura domiciliar que atenda as limitações funcionais e físicas dos idosos e ausência de um familiar que possa disponibilizar tempo para o cuidado.

As ILPI é um local onde as pessoas idosas podem morar provisoriamente ou de modo definitivo e receber cuidados que necessitam, mesmo aqueles que contam com o apoio da família. Segundo Alcântara (2009), os conflitos familiares, fazem com que o próprio idoso tome a iniciativa de procurar a institucionalização, por se considerar um peso na família essa decisão para ele representa um alívio.

As ILPI se definem pelo seu sistema social organizacional que busca desenvolver atividades que viabilizam a capacitação de metas específicas e das necessidades humanas (Marinho 2013). Ao verificar as condições específicas desses idosos, cabe à instituição criar um projeto de assistência voltada para as necessidades pertinentes de seus residentes, sendo importante a presença de familiares, possuindo o contato direto com a equipe de apoio a saúde (Netto2002).

As ILPI dispõem de uma estrutura com todo o apoio baseado em normas que asseguram uma assistência efetiva e comprometida com as pessoas institucionalizadas, servindo como apoio à família que não possui condições para acolher seu familiar. A estrutura das ILPI causa a discussão, sendo um dos itens mais avaliados pela sociedade, quando se pretende institucionalizar um idoso (Marinho 2013).

Uma ILPI deve fornecer um ambiente de segurança que promova o acolhimento do idoso fornecendo os cuidados especiais dos quais ele necessita, contribuindo para sua qualidade devida e satisfação de ambos (Marinho 2013).

Envelhecimento do Sistema Respiratório

Durante o envelhecimento as alterações anatômicas são parte das diferenças que acontecem com o nosso corpo. Podemos citar a nossa caixa torácica que é uma região do corpo que passa por alterações anatômicas, durante o nosso processo de envelhecimento no nosso corpo a um aumento do diâmetro anteroposterior do torax surgindo uma classificação das cartilagens esterno-costais e a diminuição nos músculos respiratórios. Fazendo com que a caixa torácica se torne mais firme fazendo assim a mínima capacidade de expandir-se e de contrair o volume. com isso faz com que os músculos do abdômen e do diafragma acabam sendo mais utilizados para os movimentos respiratórios. (Portal do idoso 2019).

Diante as alterações geradas pelo processo de envelhecimento gera alguns atos que prejudicam desde as estruturas de alto controle até os mecanismos pulmonares que partilha do processo respiratório. Os músculos do sistema respiratório perdem a força com o avançar da idade, perdendo também a força dos músculos esqueléticos somando ao endurecimento da parede torácica, surgindo na redução das pressões máximas inspiratórias e expiratórias tendo maior grau de dificuldade para executar o processo respiratório. (CARVALHO; LEME, 2002).

Segundo (GORZONI; RUSSO, 2006). A parede torácica gera um aumento da textura como uma calcificação de articulações costais e gerando uma redução do espaço intervertebral, enquanto na ação do sistema respiratório ocorre uma redução de força dos músculos respiratórios, redução da pressão arterial de oxigênio e até mesmo a redução da taxa de fluxo respiratório. O diafragma costuma ser o único músculo que não costuma ser prejudicado pelo o envelhecimento, mostrando a mesma massa muscular que um indivíduo mais jovem. (PASI, 2006).

Mesmo não apresentando diferenças do volume comum entre idosos e jovens, as alterações no sistema ventilatório e no parênquima pulmonar com o processo de envelhecimento, verifica-se

um aumento na frequência respiratória para a manutenção de valores de respiração adequados. O aumento ameniza reserva funcional dos pulmões e produz uma queda na resposta ventilatória à hipercapaz e a hipóxia em idosos ao descanso. Com o envelhecimento a perda assimilada de mecanismos compensatórios, torna o grupo extremamente indefesos clinicamente com situações relacionadas com as mudanças inesperadas de valores arteriais do gás carbono e do oxigênio. (Janssens et al., 1999;) Oyarzún, 2009).

Matsudo et al.(2003). A prática de exercícios físicos fornece mais durabilidade ao idoso , além de diminuir as taxas de mortalidade , também auxilia na melhora da capacidade fisiológica em portadores de doenças crônicas ajuda na redução do número de medicamentos, ajuda a prevenir o declínio cognitivo, na redução ao risco de quedas e incidência de fraturas, como na melhora da confiança e até mesmo da auto estima.

3. METODOLOGIA

Este trabalho será uma revisão literária utilizando plataformas digitais como Google acadêmico e Scielo. Serão selecionados textos e artigos com temas relacionados a fisioterapia respiratória em idosos. A pesquisa será realizada com a linguagem nacional, e os resultados encontrados estão de acordo com o que foi proposto no tema.

4. RESULTADOS E DISCUSSÕES

Existem poucos estudos sobre os benefícios respiratórios, em um estudo os resultados mostram ganho de força da musculatura respiratória de aproximadamente 8% em uma semana de exercícios respiratórios, sendo que os benefícios clínicos e terapêuticos são para otimizar a insuflação pulmonar ,os mecanismos da tosse e também gerar força muscular; detectar a doença pulmonar mais cedo e fazer melhorar a performance clinica em suas atividades diárias.(Resp Care. 2014).

Na literatura contem relatos de que a função pulmonar fica debilitada com o avanço da idade (Spirduzo, 2005), acentuando que o idoso institucionalizado apresenta diminuição dessa função mais avançada, devido a maior inatividade em que tem no dia a dia.(Patrocinio,1999).

De acordo com uma pesquisa realizada no ano de 2010 por Fonseca e contato, nota-se que o treinamento do musculo respiratório associado com treinamento físico apresenta um acréscimo das pressões respiratórias máximas.

Uma pesquisa realizada no ano de 2004 por Brandt, alguns voluntários idosos, com exercícios respiratórios apresentou uma melhora sobre o musculo respiratório melhorando assim a função destes e gerando um aumento da capacidade funcionados participantes.

Vários estudos revela um grande numero de idosos fumantes e em relação com as doenças respiratórias Zaitune, et al (2012), concluiu que essa taxa populacional apresenta diminuição da expansibilidade torácica, com diminuição da capacidade de difusão , levando ate ao aumento da mortalidade dos idosos . como forma de tratamento foi averiguado a importância de exercícios respiratórios na reabilitação desses pacientes aumentando a força dos músculos respiratórios , melhorando a difusão e da função pulmonar , reintroduzindo este idoso nas suas atividades do dia a dia e dando uma melhor qualidade de vida.

Essa presente pesquisa teve como finalidade identificar os benefícios que os idosos institucionalizados pode ter com a fisioterapia respiratória.

5. CONCLUSÃO

Este estudo apresentou estudos sobre a fisioterapia respiratoria em idosos institucionalizados e relatou sobre os beneficios que o idosos pode ter com essas manobras. Podendo concluir que a fisioterapia respiratoria em idosos institucionalizados è eficaz e preventivo a varias doenças respiratorias, visando fornecer ao idoso uma melhor qualidade de vida e que o mesmo possa ter a

sua atividade de rotina sem nenhum desconforto.

REFERENCIAS

ALCÂNTARA, A. Velhos institucionalizados e família: entre abafos e desabafos. 2 ed, Campinas: Alínea, 2009.

CARVALHO Mercedes. Fisioterapia Respiratória. Rio de Janeiro: Revinter, 2001.

COSTA MCNS, MERCADANTE EF. O idoso residente em ILPI (Instituição de Longa Permanência do Idoso) e o que isso representa para o sujeito idoso. Rev Kairos Gerontol 2013;16(2):209-222.

GORZONI, M. L.; RUSSO, M. R. O envelhecimento respiratório. In: FREITAS, E. et al. Tratado de Geriatria e Gerontologia. 2. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006. p. 596- 599.

JANSSENS JP, PACHE JC, NICOD LP. Physiological changes in respiratory function associates with ageing. (Eur Respir J. 1999; 13: 197-205.

JANSSENS, J. P. ; PACKAGE, J. C. ; NICOD, L. P. Alterações fisiológicas na função respiratória associadas ao envelhecimento. Eur Respir J, v.13, n.1, p.197-205, 1999.

LUNARDI AC, Porras DC, Barbosa RCC, Paisani DM, da Silva CCBM, Tanaka C, Carvalho CRF. Effect of Volume-Oriented versus Flow-Oriented Incentive Spirometry on Chest Wall Volumes, Inspiratory Muscle Activity and Thoracoabdominal Synchrony in the Elderly. Resp Care. 2014;59(3):420-426.

MARINHO LM, VIEIRA MA, COSTA SDM, ANDRADE JMO. Grau de dependência de idosos residentes em Instituições de Longa Permanência. Rev Gaúcha Enferm 2013;34(1):104-110. doi: 10.1590/S1983-14472013000100013.

NETTO MP. Gerontologia: a velhice e o envelhecimento em visão globalizada. São Paulo: Atheneu; 2002. 524 p.

NUNES, L.A. Institucionalização do idoso. São Paulo: SEEP/Prefeitura; 2008 [citado jun 2008]. Disponível: http://portal.prefeitura.sp.gov.br/secretarias/participacao_parceria/coordenadorias/idosos/ar_tigo/0009.

PASI - Protocolo de Atenção à Saúde do Idoso: Envelhecimento Saudável em Florianópolis, 2006. PREFEITURA MUNICIPAL DE FLORIANÓPOLIS, Secretaria Municipal de Saúde, Departamento de Saúde Pública. Disponível em: http://www.pmf.sc.gov.br/saude/protocolos/protocolo_de_atencao_a_saude_do_idoso.pdf. Acesso em: 15 out. 2008.

Patrocínio, D.A. & Junior, V.J. (1999). Espirometria no idoso: estudo retrospectivo de 438 casos. Campinas (SP): Revista de Ciências Médicas, 8(2), 49-52.

Spirduzo, W.W. (2005). Função pulmonar e cardiovascular. In: Spirduzo, W.W. Dimensões físicas do envelhecimento, 103-133. Barueri (SP): Manole.

TARANTINO, A. B. et al. Doença pulmonar obstrutiva crônica. In: TARANTINO A. B. Doenças Pulmonares. 6 ed, Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2008.

ZAITUNE, M.P.A.; BARROS, M.B.A.; LIMA, M.G.; CESAR, C.L.G.; CARANDINA L, OLDBAUM, G.; ALVES, M.C. Fatores associados ao tabagismo em idosos: Inquérito de saúde no estado de São Paulo. Caderno de Saúde Pública. v. 28, n.3, Rio de Janeiro, Mar/2012.