Resumo Expandido

Fisioterapia e saúde mental da pessoa idosa: desfechos na pandemia COVID-19

Physiotherapy and mental health of the elderly: outcomes in the COVID-19 pandemic

Alexandra Spolti - Mestra em Envelhecimento Humano (PPGEH – UPF) [1]✉, Bruna Flores Misturini - Mestra em Envelhecimento Humano (PPGEH – UP [2], Daniele Elize Priori[3] - Fisioterapeuta, Jéssica Izidro[4] - Fisioterapeuta, Gisele Oltamari Maneghini[5] - Mestra em Gerontologia Biomédica (GERONBIO - PUC) e Lia Mara Wibelinger[6] – Doutora em Gerontologia Biomédica (GERONBIO - PUC)

Resumo

Em 2019 surge uma nova pandemia, causada pelo Coronavírus, impactando globalmente na saúde populacional. O estímulo à movimentação física é considerado um tratamento não medicamentoso e a fisioterapia se apresenta como componente principal o movimento humano. O objetivo deste estudo foi verificar os efeitos da fisioterapia na saúde mental de pessoas idosas durante a pandemia. Estudo quase-experimental, com recrutamento de amostra por conveniência, pacientes que estavam realizando atendimento fisioterapêutico domiciliar, com idades entre 60 e 90 anos onde utilizou-se questionários para avaliar qualidade de vida, depressão e ansiedade após 8 atendimentos de fisioterapia. Observou-se uma diminuição estatisticamente significativa sobre os sintomas de depressão, ansiedade e dor, concluindo que a fisioterapia na saúde mental de idosos durante a pandemia foi efetiva. Palavras-chave: Fisioterapia. Pandemia. Saúde do Idoso. Saúde Mental. Palavras-chave: Fisioterapia. Pandemia. Saúde do Idoso. Saúde Mental.

Abstract

In 2019, a new pandemic emerged, caused by the Coronavirus, impacting population health globally. Stimulating physical movement is considered a non-drug treatment and physiotherapy presents human movement as the main component. The objective of this study was to verify the effects of physiotherapy on the mental health of elderly people during the pandemic. Quasi-experimental study, with convenience sample recruitment, patients who were undergoing home physiotherapeutic care, aged between 60 and 90 years old, using questionnaires to assess quality of life, depression and anxiety after 8

1Universidade de Passo Fundo (UPF)_ Spolti – Alexandra, Mestra em Envelhecimento Humano (PPGEH – UPF) , Bento Gonçalves-RS, Brasil. 2 Universidade de Passo Fundo_ Misturini - Bruna Flores, Mestra em Envelhecimento Humano (PPGEH – UPF) Carlos Barbosa-RS,Brasil. 3 Centro Universitário FSG _ Priori - Daniele Elize, Fisioterapeuta, Caxias do Sul-RS, Brasil. 4 Centro Universitário FSG _ Izidro - Jéssica, Fisioterapeuta, Caxias do Sul-RS, Brasil. 5 Centro Universitário FSG _ Meneghini – Gisele Oltramari, Mestra em Gerontologia Biomédica (GERONBIO – PUC) Caxias do Sul-RS, Brasil. 6. Universidade de Passo Fundo_ Wibelinger – Lia Mara, Doutora em Gerontologia Biomédica (GERONBIO – PUC) Passo Fundo-RS, Brasil. ✉ Spolti – Alexandra. alexandraspolti@gmail.com

physiotherapy sessions. A statistically significant decrease in symptoms of depression, anxiety and pain was observed, concluding that physiotherapy for the mental health of elderly people during the pandemic was effective. Keywords: Physiotherapy. Pandemic. Elderly Health. Mental health. Keywords: Physiotherapy. Pandemic. Elderly Health. Mental health.

Introdução

O envelhecimento populacional exige cuidados específicos (Nasri, 2008). O isolamento social colaborou com a redução no número de casos de COVID-19 e as pessoas idosas foram especialmente atingidas pelos efeitos deletérios do isolamento, já que a socialização e o acesso a serviços foi limitada. Com o isolamento social surge o aumento de doenças psíquicas, como depressão e ansiedade entre indivíduos a partir da sexta década de vida (Antunes *et al*., 2023) A fisioterapia tem foco na manutenção da mobilidade, fortalecimento muscular, controle de quadro álgico e na melhora da qualidade de vida do paciente (Jorge *et al.*, 2018; Macêdo *et al.*, 2024 e Wibelinger e Merini, 2024)

Objetivo do presente estudo foi verificar a importância da fisioterapia na saúde mental de idosos durante a pandemia.

Materiais e métodos

Estudo quase-experimental, com recrutamento de amostra por conveniência, (CEP) do Centro Universitário da Serra Gaúcha sob o parecer n° 4.855.986. Estudo composto por indivíduos de ambos os gêneros, com idades entre 60 e 90 anos. Após selecionados os pacientes compatíveis com o estudo, aplicou-se o questionário SF36 para avaliar Qualidade de Vida, Escala de Depressão Geriátrica e Inventário de Ansiedade Geriátrica.

Estabeleceu-se 8 atendimentos de fisioterapia domiciliar para a reavaliação dos pacientes. As comparações pré e pós intervenção foram realizadas por meio do teste t para amostras pareadas assumindo o nível de significância de 95%.

Resultados e discussão

Amostra de 15 pessoas idosas de com idades entre 60 a 90 anos, predominantemente feminina, 93% moravam com familiares, 13% realizavam atividades físicas pelo menos uma vez na semana e 86% relataram algum episódio de queda no último ano. Todos os participantes haviam recebido pelo menos uma dose da vacina contra a COVID-19 no momento da avaliação deste estudo.

Com relação as atividades socias 40% relataram ter sentido falta de encontrar os amigos. Quando feita a comparação entre os domínios do questionário SF-36 entre o período pré e pós-fisioterapia, observaram-se diferenças estatisticamente significativas para a dor e estado emocional. O imobilismo é um fator prejudicial e o fisioterapeuta trabalha na prevenção e nas consequências resultantes da imobilização, sendo apoio fundamental na saúde física e mental da pessoa idosa bem como tem se tornado um aliado para minimizar os efeitos deletérios causados pelo prolongado tempo de imobilidade e prevenindo quedas (Antunes *et al*., 2023; Jorge *et al.*, 2018 e Wibelinger e Merini, 2024) O movimento é indicado e aliado à capacidade funcional e exerce influência sobre a qualidade de vida, bem como forma de manutenção das capacidades funcionais para o envelhecimento ativo e funcional (Wibelinger e Merini, 2024). O isolamento social proposto em função da pandemia do Covid19 impactou diretamente no convívio social da população idosa, aumentando propensão a desenvolver quadros de ansiedade e depressão (Bonorino *et al*.,2022). Durante o período de distanciamento social causado pelo Covid-19, manter uma rotina saudável em casa passou a ser difícil para todos, especialmente para as pessoas idosas que foram considerados pessoas do grupo de risco. Nesse contexto, a fisioterapia domiciliar tornou-se uma ocupação diária a estes indivíduos, pois a mesma além de auxiliar nos déficits causados pela idade, ameniza sintomas de ansiedade e depressão, além de fortalecer emoções positivas como felicidade e bem-estar geral (Floriani, 2004).

Conclusão

Com base nos achados, é possível concluir que a fisioterapia contribuiu positivamente na saúde mental de idosos durante a pandemia de COVID19.

Referências

Nasri, F. O Envelhecimento Populacional No Brasil. Einsten. 2008.

Antunes L, et al. Análise Do Índice De Vulnerabilidade, Equilíbrio E Depressão Em Idosos Praticantes E Não Praticantes De Atividade Física Após O Período De Isolamento Social Na Pandemia Da Covid-19. Resap. 2023.

Jorge, Matheus S.; et al. Effects Of Kinesiotherapy On Palmar Grip Strength In Individuals With Rheumatic Diseases. Revista Interdisciplinar De Estudos Em Saúde, 2018

Macêdo, Jessica Evangelista; et al. Fisioterapia Aplicada À Reabilitação De Artrite Reumatoide. Brazilian Journal Of Implantology And Health Sciences, 2024.

Wibelinger, Lia Mara; Merini; Lilian. Fisioterapia na artrite reumatoide e na artrite idiopática juvenil. *In*: MARQUES, Amélia. Fisioterapia nas doenças reumáticas: avaliação e intervenção. 1. ed. São Paulo: Manole, 2024

Bonorino. T, De Moura. C, Et Al. A Saúde Mental Da Pessoa Idosa Diante Da Covid-19. Rev. Bras. De Ciên. Do Envelh. 2022.

Floriani C, Schramm F. Atendimento Domiciliar Ao Idoso: Problema Ou Solução. Cad. Saud. Publ. 2004.