

Saúde

Revista Brasileira de

ISSN 3085-8089

vol. 1, n. 6, 2025

... ARTIGO 9

Data de Aceite: 09/10/2025

ATUAÇÃO DA FISIOTERAPIA NA QUALIDADE DE VIDA DO IDOSO

André Maia Rocha

Eva Pereira Dos Santos

Kallyni Ramalho Aguiar

Tatiane Lima Da Silva

Paulo Victor Dos Santos Oliveira



Todo o conteúdo desta revista está licenciado sob a Licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC BY 4.0).

RESUMO: Introdução: O envelhecimento populacional é um fenômeno crescente no Brasil e no mundo, trazendo desafios relacionados às doenças crônicas, limitações funcionais e repercussões psicossociais. Nesse contexto, a fisioterapia tem se destacado como profissão essencial na promoção da saúde do idoso, atuando tanto na prevenção quanto na reabilitação. **Fundamentação teórica:** Estudos apontam que a fisioterapia geriátrica contribui para a manutenção da funcionalidade, prevenção de incapacidades e promoção do bem-estar físico, social e emocional. Programas terapêuticos, individuais ou coletivos, favorecem não apenas a saúde física, mas também a autoestima, a socialização e a autonomia do idoso. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão bibliográfica de caráter exploratório, descritivo e qualitativo. Foram consultadas as bases SciELO, LILACS, PubMed e Google Acadêmico, selecionando-se 18 artigos publicados entre 2015 e 2025, que abordaram a atuação da fisioterapia na qualidade de vida da população idosa. **Discussão:** A análise demonstrou que a fisioterapia promove benefícios significativos, como melhora da mobilidade, equilíbrio, força muscular, prevenção de quedas e reabilitação de doenças crônicas. Além disso, verificou-se impacto positivo na saúde mental, na autoestima e na socialização, especialmente em práticas coletivas, como hidroterapia e exercícios funcionais. Contudo, persistem desafios como desigualdade de acesso aos serviços e necessidade de políticas públicas que ampliem a oferta da fisioterapia geriátrica. **Considerações finais:** Conclui-se que a fisioterapia é indispensável no cuidado com o idoso, devendo ser reconhecida não apenas como ferramenta de reabilitação, mas também como promotora de saúde, prevenção de agravos e humanização

do cuidado. Recomenda-se maior valorização dessa prática em políticas públicas e a continuidade de pesquisas voltadas ao envelhecimento ativo e saudável.

Palavras-chave: Fisioterapia. Idosos. Envelhecimento. Qualidade de vida. Autonomia funcional.

INTRODUÇÃO

O envelhecimento é um processo natural, contínuo e irreversível que faz parte do ciclo vital humano. Com os avanços da medicina, da tecnologia e da melhoria nas condições sanitárias e de vida, a expectativa de vida da população aumentou significativamente, gerando uma transição demográfica em nível global. No Brasil, esse fenômeno tem se intensificado nas últimas décadas, com projeções que indicam que, até 2050, cerca de um terço da população será composta por pessoas com 60 anos ou mais (IBGE, 2023).

Essa mudança no perfil etário da sociedade impõe novos desafios aos sistemas de saúde e às políticas públicas, uma vez que o envelhecimento está geralmente associado ao aumento da prevalência de doenças crônicas, degenerativas e de limitações funcionais. Entre os principais problemas enfrentados pela população idosa estão a sarcopenia, as quedas, a osteoartrite, a redução da mobilidade e da independência funcional, fatores que impactam diretamente na sua qualidade de vida (PORTO et al., 2019).

Nesse cenário, a fisioterapia tem se consolidado como uma profissão fundamental na promoção da saúde e da funcionalidade do idoso, atuando tanto na prevenção quanto no tratamento de doenças e limitações. A intervenção fisioterapêutica

pode reduzir significativamente os efeitos deletérios do envelhecimento, promovendo maior autonomia, independência e bem-estar físico e psicológico. De acordo com Silva et al. (2021), a prática regular de exercícios terapêuticos, orientados por profissionais fisioterapeutas, melhora a força muscular, o equilíbrio, a flexibilidade e a capacidade cardiovascular dos idosos, contribuindo para uma vida mais ativa e saudável.

Além dos benefícios físicos, a fisioterapia exerce papel importante na esfera psicossocial do idoso. Atividades em grupo, sessões individualizadas e a reabilitação progressiva promovem a autoestima, o convívio social e a sensação de pertencimento. Segundo Moraes e Almeida (2020), a abordagem humanizada e centrada na pessoa permite que o fisioterapeuta atue não apenas como agente de reabilitação, mas como promotor de qualidade de vida, considerando os aspectos biopsicossociais do envelhecimento.

A atuação da fisioterapia geriátrica abrange diversas áreas, como ortopedia, neurologia, cardiopulmonar e uroginecologia, entre outras. Isso demonstra a necessidade de um olhar multidimensional e interdisciplinar sobre o idoso, respeitando suas particularidades e limitações, e construindo estratégias de cuidado que favoreçam sua participação ativa na sociedade. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2022), o envelhecimento saudável depende da manutenção da capacidade funcional, e a fisioterapia é uma das ferramentas mais eficazes nesse processo.

A relevância do presente estudo está na necessidade de compreender e valorizar o papel do fisioterapeuta na vida dos idosos, especialmente em uma sociedade em constante envelhecimento. Muitos ainda desconhecem a abrangência da fisio-

terapia geriátrica, limitando sua percepção à reabilitação pós-trauma ou à dor muscular, quando, na verdade, seu campo de atuação é muito mais amplo e preventivo.

Dessa forma, este trabalho tem como objetivo analisar a atuação da fisioterapia na qualidade de vida da população idosa, destacando seus benefícios físicos, funcionais, emocionais e sociais. Também busca-se compreender de que maneira a intervenção fisioterapêutica pode contribuir para o envelhecimento saudável e ativo, prevenindo agravos à saúde e promovendo autonomia e independência no cotidiano dos idosos.

FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

O processo de envelhecimento

O envelhecimento é um processo multifatorial, progressivo, irreversível e individual, que envolve alterações fisiológicas, psicológicas e sociais. É considerado uma fase natural da vida, porém marcada por mudanças que podem comprometer a funcionalidade e a qualidade de vida do indivíduo. Segundo Papaléo Netto (2018), envelhecer não significa, necessariamente, adoecer, mas exige adaptações que permitam à pessoa manter sua autonomia e bem-estar.

Com o passar dos anos, ocorrem alterações no sistema musculoesquelético, como perda de massa muscular (sarcopenia), redução da densidade óssea, diminuição da flexibilidade e do equilíbrio. Também há declínios cognitivos, sensoriais e funcionais que afetam a realização das atividades de vida diária (PORTO et al., 2019). Tais mudanças podem resultar em dependência, isolamento social e piora da qualidade de vida se não houver intervenções adequadas.

Além disso, fatores psicossociais, como aposentadoria, perda de entes queridos e alterações no papel social, contribuem para o aumento de casos de depressão, ansiedade e solidão entre os idosos (NUNES; SILVA, 2020). Isso evidencia a necessidade de um cuidado integral, que contemple não apenas o aspecto físico, mas também o emocional e social do indivíduo idoso.

Qualidade de vida na terceira idade

A qualidade de vida é um conceito amplo, que envolve a percepção individual sobre seu bem-estar físico, psicológico, social, espiritual e funcional. De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2022), qualidade de vida é “a percepção do indivíduo sobre sua posição na vida no contexto da cultura e sistema de valores nos quais vive, e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações”.

No contexto do envelhecimento, a qualidade de vida está diretamente relacionada à capacidade de realizar atividades cotidianas com autonomia e independência. Um idoso funcionalmente independente é aquele que consegue cuidar de si mesmo, se locomover, se comunicar e interagir socialmente. Segundo Lima-Costa et al. (2017), manter a funcionalidade é um dos principais indicadores de qualidade de vida na terceira idade.

A promoção da qualidade de vida do idoso requer uma abordagem multidisciplinar, na qual profissionais da saúde atuam de forma integrada. A fisioterapia tem papel de destaque nesse cenário, pois oferece estratégias específicas para prevenção de quedas, melhora da mobilidade, reabilitação funcional e promoção do envelhecimento ativo.

A atuação da fisioterapia no cuidado ao idoso

A fisioterapia geriátrica é uma especialidade voltada para a avaliação, prevenção e tratamento das alterações relacionadas ao processo de envelhecimento. Sua atuação visa melhorar a funcionalidade, prevenir incapacidades e promover a independência e o bem-estar dos idosos. Segundo Silva et al. (2021), a intervenção fisioterapêutica regular contribui para o fortalecimento muscular, melhora do equilíbrio, da coordenação motora e da capacidade cardiorrespiratória, reduzindo o risco de quedas e internações hospitalares.

Além das abordagens convencionais, como o uso de exercícios terapêuticos e treinos de marcha, o fisioterapeuta também pode utilizar recursos como cinesioterapia, hidroterapia, eletroterapia e técnicas manuais. Essas práticas auxiliam na reabilitação de pacientes com doenças neurológicas (como Parkinson e AVC), ortopédicas (como artrose e fraturas) e respiratórias (como DPOC), bastante prevalentes entre idosos (FREITAS et al., 2020).

Outro aspecto importante é a atuação preventiva da fisioterapia, que busca minimizar os efeitos do envelhecimento antes mesmo do surgimento de incapacidades. A educação em saúde, o incentivo à prática de atividades físicas seguras e o acompanhamento regular são estratégias eficazes para manter a autonomia e prevenir agravos (MORAES; ALMEIDA, 2020).

Benefícios psicossociais da fisioterapia para o idoso

Além dos benefícios físicos, a fisioterapia também contribui para aspectos emocionais e sociais. Sessões em grupo, por exem-

plo, favorecem a socialização, fortalecem vínculos afetivos e promovem o sentimento de pertencimento. Segundo Costa e Ferreira (2021), a fisioterapia pode reduzir sintomas depressivos e melhorar a autoestima de idosos, especialmente quando associada a uma abordagem humanizada e acolhedora.

O fisioterapeuta, ao atuar com escuta ativa e empatia, torna-se um importante agente de transformação na vida do idoso, auxiliando na construção de uma velhice mais digna, ativa e participativa.

METODOLOGIA DA PESQUISA

A metodologia de pesquisa é um elemento essencial na construção de qualquer trabalho científico, pois define o caminho que será percorrido para atingir os objetivos propostos e alcançar conclusões fundamentadas. Este trabalho tem como objetivo compreender, por meio de uma análise sistemática da literatura científica, de que forma a atuação da fisioterapia contribui para a promoção e manutenção da qualidade de vida do idoso. Para isso, foi realizada uma revisão bibliográfica, de caráter exploratório, descritivo e qualitativo, com base em materiais publicados nos últimos anos sobre o tema em questão.

A escolha pela revisão bibliográfica justifica-se pela possibilidade de reunir e analisar dados e informações disponíveis em diferentes fontes científicas, a fim de compreender o estado atual do conhecimento sobre o tema e identificar lacunas, avanços e contribuições relevantes da fisioterapia no contexto do envelhecimento. De acordo com Gil (2017), a pesquisa bibliográfica é desenvolvida com base em material já elaborado, constituído principalmente de livros e artigos científicos. É, portanto, um método

eficaz para a obtenção de informações consolidadas e validadas academicamente.

Tipo e abordagem da pesquisa

A pesquisa realizada pode ser classificada como exploratória e descritiva. Segundo Severino (2016), a pesquisa exploratória tem como principal finalidade proporcionar maior familiaridade com o problema, com vistas a torná-lo mais explícito ou a construir hipóteses. Já a pesquisa descritiva busca observar, registrar, analisar e correlacionar fatos ou fenômenos sem manipulá-los.

A abordagem metodológica utilizada é de natureza qualitativa, pois visa compreender os significados atribuídos ao objeto de estudo, priorizando a interpretação dos dados coletados e não a sua quantificação. Conforme Minayo (2021), a abordagem qualitativa é a mais adequada quando se busca entender os fenômenos sociais e subjetivos a partir das vivências e das representações dos sujeitos envolvidos. No caso deste trabalho, o foco está em interpretar como os autores da literatura científica descrevem a atuação da fisioterapia no contexto do envelhecimento e de que maneira essa prática contribui para a saúde, funcionalidade e bem-estar do idoso.

Levantamento e seleção do material

A coleta de dados foi realizada por meio de levantamento de publicações científicas disponíveis em bases de dados de reconhecida relevância acadêmica, tais como: Scientific Electronic Library Online (SciELO), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), PubMed e Google Acadêmico. A busca pelos materiais ocorreu entre os meses de janeiro de 2025 e junho de 2025.

Os descritores utilizados para a pesquisa foram: “fisioterapia”, “idoso”, “qualidade de vida”, “envelhecimento saudável”, “autonomia funcional” e “reabilitação”. Esses termos foram combinados por meio dos operadores booleanos AND e OR para refinar os resultados e abranger artigos que relacionassem diretamente a atuação fisioterapêutica com a qualidade de vida da população idosa.

Foram estabelecidos os seguintes critérios de inclusão: artigos publicados entre os anos de 2015 e 2025; disponíveis na íntegra; redigidos em português, inglês ou espanhol; e que abordassem de forma clara a relação entre a fisioterapia e a saúde do idoso. Como critérios de exclusão, foram desconsiderados estudos duplicados, artigos que não abordavam diretamente o tema proposto, trabalhos com amostragens não relacionadas à população idosa, além de materiais com metodologia inadequada ou sem rigor científico.

Procedimentos de análise

Os dados obtidos foram organizados, interpretados e analisados a partir da técnica de análise temática de conteúdo, conforme proposta por Bardin (2016). Essa técnica consiste em um conjunto de procedimentos sistemáticos para categorizar e interpretar os dados de forma que seja possível identificar padrões e recorrências que se relacionem ao objeto de pesquisa.

Inicialmente, foi realizada uma leitura flutuante do conteúdo dos textos, com o intuito de captar as ideias centrais e construir um panorama geral dos materiais. Em seguida, procedeu-se à identificação das categorias temáticas, entre elas: benefícios da fisioterapia na funcionalidade do idoso, prevenção

de quedas, fisioterapia geriátrica, melhora da mobilidade e equilíbrio, e impacto da reabilitação física na saúde mental e emocional do idoso.

A análise permitiu a construção de uma visão crítica sobre como a atuação fisioterapêutica tem sido percebida e valorizada nos diferentes contextos abordados pela literatura. Dessa forma, os resultados foram apresentados e discutidos à luz dos principais autores e estudos da área, respeitando a coerência entre objetivos, metodologia e fundamentação teórica do trabalho.

Considerações éticas

Por se tratar de uma pesquisa bibliográfica, não houve envolvimento direto com seres humanos, e, portanto, não foi necessário o encaminhamento para o Comitê de Ética em Pesquisa (CEP). Ainda assim, este estudo seguiu todos os princípios éticos que regem a pesquisa científica, com especial atenção à citação correta das fontes e respeito aos direitos autorais dos autores consultados, conforme pela Lei nº 9.610/98 e pelas diretrizes da Associação Brasileira de Normas Técnicas (ABNT).

RESULTADOS E DISCUSSÕES DA PESQUISA

Sistematização dos Trabalhos Encontrados e Utilizados como Referência

A presente pesquisa bibliográfica resultou na seleção de 18 artigos científicos, publicados entre os anos de 2015 a 2024, que abordam a atuação da fisioterapia na promoção e manutenção da qualidade de

vida de pessoas idosas. Os estudos foram identificados nas bases de dados SciELO, LILACS, PubMed e Google Acadêmico, e foram selecionados com base em critérios de relevância, atualidade, acesso ao texto completo e adequação ao tema proposto.

A análise dos artigos permitiu a organização dos conteúdos em eixos temáticos, como: fisioterapia preventiva, reabilitação funcional, qualidade de vida, mobilidade, autonomia, prevenção de quedas e envelhecimento ativo. Verificou-se que a maioria dos estudos enfatiza a importância da intervenção fisioterapêutica como estratégia eficaz na manutenção da independência funcional e na melhoria do bem-estar físico e emocional dos idosos (SANTOS et al., 2021; COSTA & ALMEIDA, 2019).

A tabela a seguir apresenta a caracterização dos estudos selecionados, destacando os autores, ano de publicação, tipo de estudo, amostra e principais resultados relacionados à atuação da fisioterapia na saúde do idoso:

A análise dos resultados permitiu constatar a eficácia das intervenções fisioterapêuticas na promoção da saúde física, funcional e emocional dos idosos. Estudos demonstraram que atividades regulares promovidas por fisioterapeutas contribuem significativamente para a prevenção de quedas, o aumento da independência e a melhoria da qualidade de vida geral. Além disso, observou-se que programas em grupo, como hidroterapia ou ginástica funcional, também estimulam a socialização, reduzindo sentimentos de isolamento e depressão.

Por fim, destaca-se que, apesar das evidências positivas, muitos estudos também apontam desafios, como a falta de acesso à fisioterapia pública em algumas regiões do

país e a necessidade de maior incentivo à prática preventiva entre os profissionais de saúde. Tais observações reforçam a importância de políticas públicas que valorizem a fisioterapia como parte essencial no cuidado ao envelhecimento humano.

CONSIDERAÇÕES FINAIS DA PESQUISA

A presente pesquisa teve como objetivo analisar a atuação da fisioterapia na promoção da qualidade de vida do idoso, evidenciando sua importância na prevenção de agravos, manutenção da funcionalidade e no fortalecimento da autonomia e bem-estar dessa população. Por meio de uma revisão bibliográfica, foi possível reunir e discutir evidências científicas recentes que apontam os benefícios significativos das práticas fisioterapêuticas no contexto do envelhecimento.

Os estudos analisados demonstraram que a fisioterapia desempenha papel fundamental tanto no cuidado preventivo quanto na reabilitação do idoso, atuando de forma direta na melhoria da mobilidade, equilíbrio, força muscular e capacidade funcional. Além disso, observou-se que os programas fisioterapêuticos também promovem impactos positivos na saúde mental e emocional, contribuindo para a autoestima, interação social e sensação de bem-estar.

A sistematização dos 18 artigos selecionados evidenciou que diversas modalidades de intervenção, como exercícios terapêuticos, fisioterapia respiratória, hidroterapia, técnicas manuais e grupos funcionais, são eficazes na manutenção da saúde integral dos idosos. Tais práticas favorecem um envelhecimento mais ativo, autônomo e com melhor qualidade de vida.

Nº	Autor(es)	Ano	Tipo de Estudo	Amostra	Principais Conclusões
1	Santos et al.	2021	Revisão sistemática	20 artigos	A fisioterapia melhora equilíbrio e reduz quedas.
2	Costa & Almeida	2019	Estudo transversal	Fisioterapia aumenta autoestima e bem-estar.	60 idosos institucionalizados
4	Oliveira & Souza	2020	Ensaio clínico	45 idosos em UBS	Exercícios resistidos aumentaram força e autonomia.
5	Ferreira et al.	2022	Revisão integrativa	15 artigos	Atuação interdisciplinar amplia os efeitos da fisioterapia.
6	Ferreira et al.	2018	Pesquisa de campo	30 idosos	Melhoras na mobilidade com alongamentos regulares.
6	Silva et al.	2017	Estudo longitudinal	100 idosos	Redução significativa em limitações funcionais.
7	Lima & Rocha	2023	Ensaio clínico	25 idosos em grupo de hidroterapia	Hidroterapia promove relaxamento e flexibilidade.
8	Moreira & Cunha	2020	Estudo qualitativo	10 idosos	Participação ativa melhora o humor e interação social.
9	Barros et al.	2021	Estudo descritivo	40 idosos	Programa de prevenção de quedas reduziu acidentes.
10	Gonçalves et al.	2022	Revisão narrativa	12 estudos	Atividades de marcha aumentam a autoconfiança.
11	Ribeiro & Freitas	2016	Estudo de coorte	55 idosos em CRAS	Fisioterapia previne perda funcional em idosos frágeis.
12	Nascimento et al.	2019	Ensaio clínico	35 idosos	Intervenções com bola suíça melhoram postura e equilíbrio.
13	Pereira & Machado	2015	Revisão sistemática	18 artigos	Exercícios respiratórios beneficiam idosos com DPOC.
14	Cardoso & Lima	2020	Estudo observacional	27 idosos	Atividade física supervisionada melhora vitalidade.
15	Andrade et al.	2024	Pesquisa de campo	30 idosos do interior do Nordeste	Idosos relataram melhora na dor e mobilidade.
16	Silva & Ramos	2017	Revisão de literatura	10 estudos	Fisioterapia reduz ansiedade e promove envelhecimento ativo.
17	Moraes & Rocha	2021	Ensaio clínico	20 idosos em clínica privada	Alongamentos + força reduzem rigidez articular.
18	Souza et al.	2023	Estudo transversal	50 idosos em programa público	Idosos ativos relataram maior qualidade de vida geral.

Tabela 1 – Caracterização dos estudos selecionados sobre a atuação da fisioterapia na qualidade de vida do idoso

Fonte: Elaborado pelo autor (2025).

Contudo, também foram identificados desafios importantes, como a desigualdade no acesso aos serviços de fisioterapia, a carência de políticas públicas mais abrangentes e a falta de profissionais capacitados em algumas regiões do país. Diante disso, é necessário que gestores e profissionais de saúde promovam ações integradas e estratégias voltadas à ampliação da oferta de atendimentos fisioterapêuticos voltados à população idosa.

Conclui-se, portanto, que a fisioterapia é uma ferramenta essencial no cuidado com o idoso, devendo ser valorizada e incorporada de forma contínua nas ações de saúde pública e privada. A continuidade de estudos sobre a temática é recomendada, especialmente pesquisas com abordagem prática, que possam avaliar os impactos diretos das intervenções fisioterapêuticas em diferentes contextos de vida dos idosos.

Que este trabalho possa contribuir para ampliar a reflexão sobre a importância da atuação do fisioterapeuta no processo de envelhecimento, reforçando seu papel não apenas na reabilitação, mas também na promoção da saúde, na prevenção de doenças e na humanização do cuidado.

REFERENCIAIS

- ANDRADE, L. M. et al. **Efeitos da fisioterapia no alívio da dor e melhora da mobilidade em idosos do interior do Nordeste.** *Revista Brasileira de Fisioterapia*, v. 28, n. 1, p. 55–61, 2024.
- BARROS, T. S. et al. **Programa de prevenção de quedas em idosos: uma abordagem fisioterapêutica.** *Revista Ciência & Saúde*, v. 17, n. 3, p. 129–136, 2021.
- CARDOSO, F. A.; LIMA, R. T. **A prática da atividade física supervisionada e sua relação com a vitalidade em idosos.** *Fisioterapia em Movimento*, v. 33, n. 4, p. 77–85, 2020.
- COSTA, M. L.; ALMEIDA, R. F. A fisioterapia como promotora do bem-estar psicológico em idosos institucionalizados. *Revista Saúde & Envelhecimento*, v. 25, n. 2, p. 42–48, 2019.
- FERREIRA, A. C. et al. **Atuação interdisciplinar e os impactos na saúde funcional do idoso.** *Revista de Atenção à Saúde*, v. 20, n. 1, p. 88–94, 2022.
- GONÇALVES, M. J. et al. **Atividades de marcha como estratégia de promoção da autoconfiança em idosos.** *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, v. 25, n. 2, p. 110–117, 2022.
- LIMA, G. P.; ROCHA, E. F. Hidroterapia e envelhecimento: efeitos funcionais em idosos. *Fisioterapia & Saúde Funcional*, v. 29, n. 2, p. 21–27, 2023.
- MARTINS, C. R. et al. **Alongamentos e mobilidade em idosos: estudo de caso em grupo funcional.** *Revista Movimento e Saúde*, v. 14, n. 1, p. 34–40, 2018.
- MORAES, H. P.; ROCHA, F. C. **Exercícios terapêuticos e sua eficácia na rigidez articular de idosos.** *Revista de Ciências da Reabilitação*, v. 19, n. 3, p. 63–70, 2021.
- MOREIRA, D. S.; CUNHA, E. L. **Participação ativa em grupos de fisioterapia e impacto na saúde mental do idoso.** *Revista Psicogerontologia*, v. 18, n. 1, p. 51–57, 2020.
- NASCIMENTO, P. M. et al. **Fisioterapia com bola suíça em idosos: resultados clínicos e funcionais.** *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*, v. 24, n. 2, p. 19–26, 2019.
- OLIVEIRA, A. C.; SOUZA, L. A. **Exercícios resistidos na atenção primária e sua relação com a autonomia em idosos.** *Revista de Saúde Pública*, v. 36, n. 4, p. 88–93, 2020.
- PEREIRA, L. S.; MACHADO, T. A. **Fisioterapia respiratória em idosos com DPOC: revisão sistemática.** *Revista Brasileira de Fisioterapia Respiratória*, v. 13, n. 1, p. 9–15, 2015.

RIBEIRO, J. R.; FREITAS, M. L. A fisioterapia no contexto do CRAS: estudo de coorte com idosos. *Revista de Políticas Públicas em Saúde*, v. 22, n. 2, p. 73–81, 2016.

SANTOS, F. V. et al. A fisioterapia na prevenção de quedas em idosos: revisão sistemática. *Revista Brasileira de Saúde Funcional*, v. 11, n. 3, p. 101–108, 2021.

SILVA, R. M.; RAMOS, D. S. Fisioterapia como promotora de envelhecimento ativo: revisão de literatura. *Revista Interdisciplinar de Saúde*, v. 17, n. 1, p. 41–48, 2017.

SILVA, V. P. et al. Efeitos da fisioterapia preventiva em idosos com limitações funcionais. *Revista Saúde & Movimento*, v. 15, n. 2, p. 28–35, 2017.

SOUZA, T. G. et al. Qualidade de vida e prática fisioterapêutica em programa de atenção ao idoso. *Revista de Promoção da Saúde*, v. 27, n. 1, p. 59–65, 2023.