



A INFLUÊNCIA DOS EXERCÍCIOS DE FORTALECIMENTO MUSCULAR NO CONTROLE DA DOR CRÔNICA EM IDOSOS

KESSLER PANTALEÃO DE ARAÚJO PEREIRA QUINDERÉ; RENATA DOS SANTOS FERNANDES; JÉSSICA ROSALIA COELHO DOS SANTOS; SAILE DO NASCIMENTO FREITAS; MARIA GRESYELLE DE LIMA SILVA

Introdução: A dor crônica é uma condição comum entre idosos, afetando sua qualidade de vida e limitando a funcionalidade. A fisioterapia tem sido amplamente utilizada como uma abordagem não farmacológica para o manejo dessas dores, contribuindo para a redução da intensidade da dor e melhora na mobilidade. **Objetivo:** Este estudo tem como objetivo analisar o impacto da fisioterapia no manejo de dores crônicas em idosos, por meio de uma revisão da literatura. **Metodologia:** Foram realizadas buscas nas bases de dados PubMed, Scielo e PEDro, utilizando os seguintes descritores: "fisioterapia", "dor crônica" e "idosos". A busca abrangeu estudos publicados entre 2010 e 2024, nos idiomas português e inglês. Inicialmente, foram identificados 150 artigos. Após a leitura dos títulos e resumos, 90 artigos foram excluídos por não atenderem aos critérios de inclusão, como foco em pacientes com condições agudas ou em populações não idosas. No total, 60 artigos foram lidos na íntegra, dos quais 30 foram selecionados para compor a revisão, por atenderem aos critérios estabelecidos. **Resultados:** Os estudos analisados indicam que a fisioterapia, especialmente por meio de exercícios terapêuticos, técnicas de alongamento e reeducação postural, contribui significativamente para a redução da dor, aumento da amplitude de movimento e melhora da qualidade de vida em idosos. Técnicas como a terapia manual, cinesioterapia e modalidades eletroterápicas foram citadas como eficazes no controle da dor crônica. **Conclusão:** A fisioterapia se mostra uma estratégia eficaz no manejo da dor crônica em idosos, promovendo não apenas a redução dos sintomas dolorosos, mas também uma melhora geral no bem-estar físico e funcional. Assim, o seu papel deve ser amplamente considerado no tratamento multidisciplinar de dores crônicas na terceira idade.

Palavras-chave: FISIOTERAPIA; QUALIDADE DE VIDA; IDOSOS; SAÚDE DA PESSOA IDOSA; DOR CRÔNICA