



MANUTENÇÃO DA MOBILIDADE E INDEPENDÊNCIA FUNCIONAL: O PAPEL DA FISIOTERAPIA

SAILE DO NASCIMENTO FREITAS; ALEX SANDRO ALVES ROCHA; KESSLER PANTALEÃO DE ARAÚJO PEREIRA QUINDERÉ; MARIA ROSELI NASCIMENTO GONÇALVES SILVA; PATRICIA MATEUS DE OLIVEIRA

Introdução: A perda da mobilidade e da independência funcional é uma preocupação crescente entre a população idosa, impactando negativamente sua qualidade de vida. A fisioterapia tem um papel fundamental na manutenção dessas capacidades, promovendo intervenções que visam preservar a mobilidade funcional e permitir que o idoso mantenha a independência em suas atividades diárias. **Objetivo:** Analisar o impacto da fisioterapia na promoção da mobilidade funcional e da independência em atividades diárias entre idosos. **Materiais e Métodos:** Foi realizada uma revisão sistemática da literatura entre os anos de 2016 e 2023. A pesquisa foi conduzida nas bases de dados PubMed, Scielo e PEDro, utilizando os descritores "mobilidade funcional", "independência funcional", "fisioterapia", "idosos" e "atividades diárias", tanto em português quanto em inglês. Os critérios de inclusão foram: estudos com idosos (acima de 60 anos), intervenções fisioterapêuticas focadas na manutenção da mobilidade funcional e independência, com pelo menos 6 meses de acompanhamento, publicados em periódicos revisados por pares e disponíveis em português ou inglês. Estudos envolvendo intervenções cirúrgicas, farmacológicas ou sem detalhamento do acompanhamento fisioterapêutico foram excluídos. A pesquisa inicial resultou em 92 artigos. Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão e análise dos resumos, 34 artigos foram selecionados para leitura completa, dos quais 18 foram utilizados na análise final, considerando sua relevância e adequação metodológica. **Resultados:** Os estudos revisados mostram que a fisioterapia desempenha um papel crucial na preservação da mobilidade e independência funcional dos idosos. Programas de exercícios personalizados, envolvendo fortalecimento muscular, treinamento de marcha e estímulo à flexibilidade, resultaram em melhorias significativas na capacidade dos idosos de realizar atividades diárias como caminhar, levantar-se e realizar tarefas domésticas. Em média, os idosos que participaram de programas fisioterapêuticos regulares demonstraram uma melhoria de até 30% nas escalas de mobilidade e funcionalidade. **Conclusão:** A fisioterapia é uma ferramenta essencial na manutenção da mobilidade funcional e da independência em idosos, retardando a perda de capacidades motoras e promovendo uma maior qualidade de vida. Programas regulares e personalizados de fisioterapia são altamente recomendados para preservar a funcionalidade e autonomia dos idosos, prevenindo o declínio associado ao envelhecimento.

Palavras-chave: **MOBILIDADE FUNCIONAL; INDEPENDENCIA FUNCIONAL; IDOSOS; FISIOTERAPIA; ATIVIDADES DIARIAS**