



PROJETO PILOTO - FISIOTERAPIA NA RUA PARA IDOSOS

ADRIANO BERWANGER; FABIO OLIVEIRA BALDAÇO

Introdução: A fisioterapia é essencial para o cuidado com a saúde e bem estar da pessoa idosa, respeitando o seu perfil e suas condições físicas e sociais. **Objetivo:** Descrever a experiência de um projeto de assistência fisioterapêutica aos moradores idosos de uma rua, visando melhoria da qualidade de vida, autonomia, saúde física e mental, prevenção de comorbidades e doenças com caráter degenerativo e neurodegenerativas (Alzheimer/Parkinson/AVC) causadas pelo sedentarismo e pela falta de estímulo físico. **Metodologia:** Trata-se de um projeto com abordagem experimental por período de seis meses desenvolvido ao ar livre, em uma rua localizada na área urbana do município de São Gabriel/RS. A escolha da rua para o desenvolvimento do projeto piloto considerou a área de atuação do Agente Comunitário de Saúde (ACS) e a concentração de moradores idosos, sendo esta de aproximadamente 30%. O projeto é efetivado semanalmente pelos profissionais da Secretaria Municipal de Saúde (ACS e Fisioterapeuta). Nos encontros são monitorados os sinais vitais (aferição da pressão arterial, frequência cardíaca (bpm) e saturação (O₂)) e realizadas atividades fisioterapêuticas (aquecimento, exercícios de resistência; força; equilíbrio e alongamento). **Resultados:** Os resultados preliminares, considerando três encontros, demonstraram que a cada encontro a adesão ao projeto aumentou, sendo 15 no primeiro, 17 no segundo e 22 idosos participantes no terceiro encontro, o que resultou em uma média geral de 18 participantes por encontro. Percebeu-se o engajamento na rotina dos exercícios, satisfação no convívio social entre os vizinhos e também um sentimento de auxílio mútuo de uns com os outros, formando laços afetivos nesse convívio. Pessoas que, anterior ao início do projeto, encontravam-se em isolamento social devido suas comorbidades físicas e mentais, estão tendo a oportunidade de realizar atividade coletiva, com seus vizinhos, na rua de sua residência. **Conclusão:** Mesmo sendo um projeto piloto, observou-se até o presente que a fisioterapia na rua tem impactado muito positivamente a vida dessas pessoas, principalmente quanto ao engajamento, adesão e satisfação pessoal que são observados e relatados a cada encontro. Acredita-se que a partir de três meses os resultados podem ser mais efetivos, tanto para a melhoria do condicionamento físico quanto para os sinais vitais.

Palavras-chave: **ATIVIDADE FISIOTERAPEUTICA; TERCEIRA IDADE; RUA; SOCIAL; AR LIVRE**