ESPECIFICIDADES NA ABORDAGEM FISIOTERAPÊUTICA EM PROL DA OTIMIZAÇÃO DA CAPACIDADE FUNCIONAL EM IDOSOS: REVISÃO DE LITERATURA

LARYSSA APARECIDA DE OLIVEIRA¹; LEONARDO BARBOSA DE ALMEIDA²

¹Acadêmica do Curso de Fisioterapia- Centro Universitário UNIVERSO/JF, ²Doutor em Fisioterapia- UFJF e docente do Centro Universitário UNIVERSO/JF

Introdução: Sabendo da importância da capacidade funcional, do bem-estar físico, psíquico e social e, por conseguinte, de uma vida mais ativa, saudável e mais funcional dos idosos, faz-se necessário a conscientização do profissional para que ele tenha um olhar mais cuidadoso e voltado para o conceito ampliado de saúde, abrangendo não só o físico, mas também o psíquico e o social. **Objetivo:** mostrar como o fisioterapeuta atuará em prol da manutenção e prevenção das possíveis perdas de função do indivíduo. **Metodologia:** Foram utilizados artigos entre o período de janeiro de 2000 a dezembro de 2020, na língua portuguesa e inglesa. Os artigos incluídos incluem as temáticas: idosos, capacidade funcional e envelhecimento dos sistemas osteomioarticular. Foram adotados como critério de exclusão artigos que são revisão de literatura, que abordam a perda de devido algum trauma. Os artigos selecionados foram lidos na íntegra, e tiveram seus dados analisados e extraídos para avaliação final para escrita do presente trabalho. **Resultado/discussão:** Em geral os estudos demonstraram resultados positivos na aplicação das intervenções fisioterapêuticas. Ambientes aquáticos revelaram-se ser mais eficazes quanto a melhora da capacidade respiratória, assim como treinamento de força e alongamento muscular melhoraram o equilíbrio, a marcha, capacidade aeróbica e funcional do idoso. **Conclusão:** É muito importante o fisioterapeuta trabalhar para que seu paciente, principalmente idosos, possam realizar de forma plena todas suas funções do dia a dia, trazendo qualidade de vida, independência e buscando diminuir os riscos de depressão e suicídio.