

## SAÚDE DA TERCEIRA IDADE



As disfunções crônico-degenerativas desta fase da vida podem ser atenuadas por meio de intervenção apropriada, com ações que visam a:

- Estimular a adoção de hábitos saudáveis de vida, evitando o sedentarismo e controlando a obesidade, melhorando a auto-estima e a imagem corporal;
- Prevenir distúrbios cinesiológico-funcionais ligados à vida produtiva, ao próprio envelhecimento e às doenças crônico-degenerativas, pulmonares, cardiovasculares etc;
- Desenvolver, por meio da cinesioterapia, força muscular, reações de equilíbrio e proteção, coordenação e adequação do ambiente domiciliar que contribuam para prevenção de quedas e suas conseqüências;
- Reeducação do assoalho pélvico (músculos do períneo), prevenindo na mulher o prolapso uterino e evitando, no homem, a perda urinária decorrente das intervenções urológicas;
- Desenvolver atividades de grupo encorajando a socialização para que o idoso consiga realizar suas tarefas diárias de forma independente e segura, melhorando sua qualidade de vida e prevenindo as complicações decorrentes do isolamento social;
- Orientar a família e\ou responsável pelo idoso quanto aos cuidados com o paciente acamado e vítimas de acidentes vasculares encefálicos (AVC), Alzheimer e Mal de Parkinson, entre outras.

## PRÁTICAS COMPLEMENTARES E DE INTEGRAÇÃO



Fisioterapeutas podem atuar na:

- Proteção específica com práticas integrativas e complementares no Sistema Único de Saúde, por meio da acupuntura, conforme a Portaria GM/MS 971-06;
- Orientação a grupos temáticos baseados nas terapias posturais e globais;
- Utilização de terapias manuais e manipulativas (Osteopatia e quiropraxia), na implantação de atividades terapêuticas de proteção específica não medicamentosa.

## Atenção à saúde

O fisioterapeuta detém habilidades e competências para o desenvolvimento de atividades de atenção à saúde, entre elas:

- Administrativas (organização dos serviços de saúde, planejamento, programação, coordenação, execução, avaliação e gestão de serviços de fisioterapia);
- Educativas (educação em saúde voltada a todos os ciclos de vida; acompanhamento dos programas de saúde; e visitas domiciliares);
- Assistenciais (assistência de vigilância epidemiológica e sanitária; crescimento e desenvolvimento da criança; atenção à saúde do adolescente, da mulher, do adulto e do idoso).



# CREFITO-8

Conselho Regional de Fisioterapia e Terapia Ocupacional da 8ª Região  
Gestão 2006/2010 - www.crefito8.org.br

Rua Padre Germano Mayer, 827 - Alto da XV  
Curitiba - PR - CEP 80050-270  
Fone/fax: 3264 8097 / 0800 645 2009  
www.crefito8.org.br

# Fisioterapia e o NASF

SEU MUNICÍPIO  
TEM MUITO A  
GANHAR  
COM A CONTRATAÇÃO DE  
FISIOTERAPEUTAS.

## CREFITO-8

Conselho Regional de Fisioterapia e Terapia Ocupacional da 8ª Região  
Gestão 2006/2010 - www.crefito8.org.br





**Prezado gestor.**

**Gostaríamos de lhe apresentar um importante aliado no cumprimento das metas do Nasf: o profissional fisioterapeuta.**

**Os fisioterapeutas têm uma formação clínica generalista consistente, o que os habilita a atuar no atendimento de diversas áreas da saúde, com ênfase em programas de saúde do idoso, da criança, da mulher, do trabalhador e da família.**

**Além disso, as ações do fisioterapeuta desenvolvem-se nos diversos níveis de atenção à saúde (primário, secundário e terciário), sendo a atenção básica prioridade em saúde do Nasf.**

**Assim, os fisioterapeutas estão plenamente habilitados a atuar na promoção da saúde, prevenção de doenças, tratamento, bem como na referência e contrareferência. Portanto, sua presença no Nasf também é de suma importância pois o Ministério da Saúde estabelece a saúde funcional como prioridade do programa.**

**Como resultado para o seu município, a seleção de fisioterapeutas para as equipes do Nasf terá impacto direto na melhoria dos indicadores de saúde e na diminuição da demanda reprimida para encaminhamentos a serviços de referência, melhorando as condições de vida e de saúde da população.**

**Nesta cartilha, saiba mais sobre as ações que os fisioterapeutas podem desenvolver para a melhoria da saúde pública no seu município.**



## SAÚDE DA CRIANÇA



**Com um organismo ainda em formação, a criança torna-se mais suscetível às patologias, o que justifica uma atenção diferenciada. Entre as atribuições do fisioterapeuta destacam-se:**

- Estimulação precoce do desenvolvimento neuro motor;
- Tratamento de doenças neurológicas já instaladas e suas conseqüências neuromotoras, respiratórias, traumato-ortopédicas, contribuindo para redução de agravos à saúde;
- Tratamento e prevenção das doenças respiratórias, endócrino-metabólicas e deformidades posturais, entre outras;
- Estimulação de atividades funcionais com vistas ao crescimento e desenvolvimento, contribuindo para a melhoria da capacidade física e funcional;
- Educação de pais e cuidadores para a prevenção de disfunções, por meio da detecção precoce de sinais e sintomas.

**ESTAS AÇÕES VISAM A DIMINUIÇÃO DO NÚMERO DE INTERNAMENTOS E A PROMOÇÃO DE UM DESENVOLVIMENTO MAIS SAUDÁVEL.**



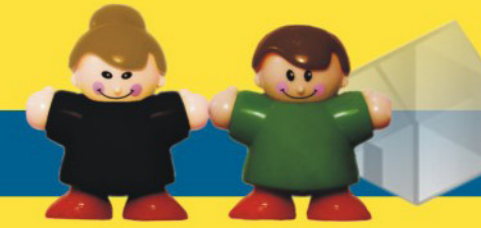
## SAÚDE DO ADOLESCENTE

**Nesta etapa da vida em que o crescimento acelerado, as alterações hormonais e as mudanças de estruturas corporais predisõem os adolescentes a vários riscos de saúde, cabe ao fisioterapeuta intervir por meio de:**

- Incentivo a práticas corporais com ações de promoção e prevenção de lesões relacionadas ao esporte;
- Desenvolvimento de programas de exercícios terapêuticos e condicionamento cardiorespiratório, contribuindo para a prevenção da obesidade e enfermidades relacionadas;
- Incentivo de hábitos de vida saudáveis, prevenindo o sedentarismo;
- Prevenção e tratamento das alterações posturais e músculo-esqueléticas, características do “estirão do crescimento”;
- Orientações ergonômicas para atividades escolares, recreativas, esportivas e domiciliares, incentivando o auto cuidado;
- Desenvolvimento de ações para detectar sinais de hipertensão arterial sistêmica, diabetes, tabagismo e alcoolismo;
- Contribuição para ações de prevenção das DST's.



## SAÚDE DO ADULTO



**A intervenção do fisioterapeuta na saúde da comunidade adulta engloba atividades que minimizam riscos à saúde funcional e contribuem para a prevenção de acidentes de trabalho e o conseqüente absenteísmo. Entre seus objetivos estão:**

- Promover a saúde e prevenir distúrbios cinesiológico-funcionais ligados à vida produtiva, ao envelhecimento precoce e às doenças crônico-degenerativas;
- Minimizar os quadros clínicos já instalados, possibilitando qualidade de vida e independência funcional;
- Desenvolver orientações nas atividades de trabalho com riscos ergonômicos e condições ambientais desfavoráveis à saúde;
- Aplicar exercícios funcionais e orientações para a promoção da saúde contribuindo para a prevenção de patologias como hipertensão arterial sistêmica, diabetes, doenças pulmonares, doenças crônico-degenerativas, alterações posturais, distúrbios cinesiológico-funcionais, labirintopatias, entre outras;
- Atuar de forma integral junto às famílias, com ações interdisciplinares e intersetoriais, visando assistência, acessibilidade e a inclusão social das pessoas portadoras de necessidades especiais, incapacitadas e desassistidas;
- Encaminhar a concessão de órteses e próteses, além de acompanhar a adaptação e treinamento do paciente na sua utilização funcional.

## SAÚDE DA MULHER



**No que se refere às mulheres – que convivem com situações como gestação, disfunções uro-ginecológicas, sobrecargas músculo esqueléticas, jornadas dupla de trabalho, alterações hormonais, sobrepeso e menopausa, entre outras, o papel do fisioterapeuta é:**

- Estimular práticas saudáveis de vida que promovam a saúde e previnam complicações cinesiológico-funcionais relacionadas à gestação, parto, puerpério e climatério;
- Atuar com a parturiente durante o parto, com ênfase nas diretrizes do Ministério da Saúde quanto à humanização do trabalho de parto, utilizando recursos cinesioterapêuticos que minimizem o quadro algico e diminuam o tempo de evolução do mesmo;
- Facilitar a involução das alterações gestacionais e auxiliar ao retorno das funções pré-gravidez;
- Contribuir na prevenção e tratamento de aderências, dores pélvicas, disfunções sexuais e incontinências urinária e fecal decorrentes do parto;
- Orientar a mãe quanto aos cuidados com o bebê;
- Prevenir e reduzir alterações cinesiológico-funcionais relacionadas a doenças crônico-degenerativas decorrentes do climatério e envelhecimento;
- Instruir sobre aspectos ergonômicos e funcionais em atividades laborais e domiciliares, incentivando o auto cuidado;
- Orientar e tratar disfunções cinesiológico-funcionais decorrentes de intervenções oncológicas (como as cirurgias de mama, histerectomias etc), minimizando e prevenindo as deformações e incapacidades.