

Check-List para diagnóstico terapêutico
DIMENSÕES NA ESTIMULAÇÃO DO CORPO NA PESSOA IDOSA



Unidade Curricular: Modelos e Métodos em Fisioterapia

Docente: Marlene Rosa

Ciência ID, D615-002F-8E48;
ORCID iD, 0000-0001-8276-655X

Resumo

Repensar os desafios do envelhecimento para o corpo e a postura é de facto uma dimensão importante para a formação dos futuros profissionais de saúde. É desta dimensão que fala este documento, numa versão reflexiva, mas suportada por literatura de relevância.

Key-words

Corpo; envelhecimento; postura; terapêutica;

O corpo na pessoa idosa

O controlo postural – uma visita guiada a definições e conceitos

O declínio funcional associado ao envelhecimento influencia os mecanismos de controlo postural, o que conduz a um conjunto de outras complicações associadas, como por exemplo o aumento do risco de queda (Rath & Wade, 2017).

O controlo postural tem duas importantes funções:

- A. Manter uma postura ereta contra a gravidade, assegurando os recursos mínimos que garantam um ótimo nível de equilíbrio;
- B. Fixar a orientação e a posição dos segmentos corporais, que servem como uma referência para perceber e agir em relação aos estímulos externos;

Esta dualidade de funções no controlo postural tem por base 4 componentes fundamentais:

1. Valores de referência, como por exemplo, reconhecer a orientação dos segmentos corporais e a posição do centro de massa (boa representação interna do esquema corporal e postural);
2. Saber utilizar estímulos multissensoriais (som, visão, toque, pressão, etc.) para orientar e estabilizar os segmentos corporais (ex., pela pressão sentida na

cadeira de rodas, saber reconhecer se está sentado de forma alinhada e equilibrada).

3. Reações posturais flexíveis e versáteis e recursos antecipatórios ao desequilíbrio, que possam assegurar estabilização postural durante o movimento voluntário; (Massion, 1994)

Todos os dias, precisamos que o nosso corpo contrarie a gravidade para nos mantermos ativos e funcionais. O controlo antigravítico nos humanos é providenciado pela força articular, pelos ligamentos e músculos, mas também requiere a contração ativa dos membros inferiores, do tronco e dos músculos extensores do pescoço. De uma forma global, conclui-se que o sistema antigravítico depende do controlo do tónus postural, tratando-se de uma componente altamente complexa e variável, de controlo por circuitos neuronais. A própria morfologia humana e o nível de eficácia muscular afetam diretamente a atitude postural, sendo fatores muitas vezes modificados por patologia associada ao envelhecimento. Não existindo uma fórmula mágica para regular a orientação do corpo no espaço, um dos segredos pode mesmo ser o estímulo da integração sensório-motora (Ivanenko & Gurfinkel, 2018).

Relação com o contexto físico

Objetivos	Papel do Monitor	Papel do Monitor
Manter a orientação do corpo no espaço com relação a uma referência física no espaço;	Instruções verbais “Sr. José, vai ter que se deslocar ao longo deste jogo, sempre na mesma direção – neste caso, ora para a frente, ora para o lado” “Vamos dar início a este jogo, tomando por referência que à	Apoio/Suporte Se a pessoa necessitar que o acompanhe durante este tipo de jogos, deve: -ser coerente no lado em que decide permanecer para dar apoio/suporte;

sua frente deve estar sempre - decidir que tipo de apoio
aquela janela” a pessoa precisa (poderá
apenas necessitar de
supervisão)

Objetivos	Papel do Monitor
Reforçar o feedback visual das referências mais importantes no contexto físico;	Destacar componentes do contexto físico mais importantes para o jogo/atividade Acrescentar no contexto o destaque pela cor ou pelas texturas, através de materiais diversos, ex: fita cola colorida, texturas coladas, etc;

Objetivos	Papel do Monitor
Retirar ou inibir do contexto elementos que possam diminuir o foco;	Elimine do contexto de treino com o jogo, a grande maioria dos elementos que possam distrair o jogador; É frequente no mesmo espaço, estarem a decorrer diferentes atividades com diferentes grupos e haver algum tipo de concorrência de estímulos, prejudicando a performance da pessoa idosa na atividade; Caso, por motivos diversos, não seja possível eliminar alguns estímulos secundários, reforce constantemente as instruções verbais do jogo/atividade. Este comportamento, pode ajudar a melhorar o foco na tarefa, apesar das circunstâncias;

Referências Bibliográficas

Tse DW, Spaulding SJ. Review of motor control and motor learning: implications for occupational therapy with individuals with Parkinson's disease. *Phys Occup Ther Geriatr* 1998; 15: 19-38.

Ventegodt S, Hermansen TD, Kandel I, Merrick J. Human development XII: a theory for the structure and function of the human brain. *Sci World J* 2008; 8: 621-42.

Kerick SE, Douglass LW, Hatfield BD. Cerebral cortical adaptations associated with visuomotor practice. *Med Sci Sports Exerc* 2004; 36: 118-29.

Lacquaniti F, Maioli C. Adaptation to suppression of visual information during catching. *J Neurosci* 1989; 9: 149-59.