

# ABORDAGEM PSICOMOTORA EM IDOSOS: REVISÃO INTEGRATIVA

III Simpósio de Saúde e Meio Ambiente, 3ª edição, de 16/11/2022 a 18/11/2022  
ISBN dos Anais: 978-65-5465-006-9  
DOI: 10.54265/LHZY4612

SOUZA; Rebeca Lys Chaves de <sup>1</sup>, MARTINS; Patrícia Passos Martins <sup>2</sup>

## RESUMO

### 1 INTRODUÇÃO

O crescimento exponencial da população idosa tem feito parte da realidade demográfica mundial, e o Brasil não é exceção. Segundo as projeções da Divisão de População da ONU publicadas em 2019, a estimativa do número de idosos de 80 anos ou mais no Brasil para o ano de 2020 é de aproximadamente 4,2 milhões, o que representa apenas 14,9% das previsões para 2100 (ALVES, 2020). Este fator aponta para a necessidade de melhorias de vida voltadas para a terceira idade, abrangendo uma maior compreensão sobre o processo de envelhecimento e sobre o cuidado voltado aos idosos.

O envelhecimento considerado um processo natural, gradual e inevitável é acompanhado por mudanças físicas e biológicas influenciadas por fatores ambientais e características individuais. À medida que estas transformações acontecem, ocorre a retrogênese psicomotora, que se caracteriza como um mecanismo de “involução” dos fatores psicomotores (ALMODÓVAR *et al*, 2013).

Ao longo dessas alterações é essencial que o idoso permaneça ativo, a fim de auxiliar o retardo dos efeitos degenerativos consequentes do envelhecimento, possibilitando a manutenção das funções essenciais para as atividades de vida diárias. Neste contexto a Psicomotricidade atua de forma pedagógica e criativa englobando as formas de equilíbrio, tonicidade, atenção, coordenação e memória, assim como a mente e a emoção, reintegrando a imagem corporal e a coordenação visomotora ao expor situações rotineiras e práticas (GONCALVES, 2011 *apud* OLIVEIRA; PINTO & CORDEIRO, 2015).

Segundo a Associação Brasileira de Psicomotricidade - ABP (2019), a Psicomotricidade é “a ciência que tem como objetivo de estudo o homem através do seu corpo em movimento e em relação ao seu mundo interno e externo”. Esta enfrenta de maneira integrada as funções cognitivas, simbólicas, socioemocionais, psicolinguísticas e motoras do ser humano, tendo como base três elementos fundamentais: o movimento, o intelecto e o afeto. Desta forma, a atividade psicomotora pode ser uma grande aliada durante o processo de envelhecimento.

Visando o aumento da interação indivíduo-ambiente por meio de atividades corporais e suas expressões simbólicas, a Psicomotricidade observa o indivíduo de forma geral se fazendo necessária tanto no tratamento das disfunções quanto na prevenção; trabalhando, de fato, na reeducação psicomotora. Sua principal finalidade, quando se trata dos gerentes é resgatar a expressividade e a capacidade de comunicação do indivíduo com os elementos e o mundo ao seu redor, e até consigo mesmo (PRACIDELLI *et al*, 2001 *apud* BANZATTO *et al*, 2015). A manutenção das capacidades funcionais, o aprimoramento das ações e atividades de vida diária são essenciais para este processo (COUTO & OVANDO, 2010 *apud* BANZATTO *et al*, 2015).

Levando os fatores mencionados em consideração, a presente pesquisa objetivou apresentar através de uma revisão integrativa, a importância da abordagem psicomotora no processo de reabilitação de idosos.

### 2 MATERIAIS E MÉTODOS

O presente estudo trata-se de uma revisão integrativa da literatura por obedecer às seguintes fases: 1) identificação do tema e formulação da questão da pesquisa; 2) estabelecimentos de critérios de inclusão e exclusão dos estudos para amostragem; 3) coleta de dados que serão extraídos dos estudos; 4) análise dos resultados; 5) discussão e apresentação dos resultados.

Obedecendo à primeira etapa, elaborou-se a seguinte questão norteadora: “Qual a importância da abordagem Psicomotora na reabilitação de idosos?”.

A busca na literatura foi realizada nas seguintes bases de dados: Scielo e Lilacs. Para a seleção dos artigos foram considerados os seguintes Descritores em Ciência da Saúde (DeCS): psicomotricidade e idosos.

Como critérios de inclusão para o estudo delimitaram-se artigos entre 2010 e 2022 com estudos que respondem à questão norteadora, com textos completos disponíveis online nos idiomas português, inglês e espanhol. Para critérios de exclusão definiram-se estudos comparativos. Pontua-se que os artigos encontrados em mais de uma base de dados foram contabilizados apenas uma vez.

A seleção ocorreu por meio de leitura de títulos, resumos e leitura íntegra dos textos, quando necessária, como forma de seleção de acordo com os critérios de inclusão e exclusão. Após as buscas, foi contabilizado um número de 6 artigos e após a seleção excluíram-se apenas 1 artigo.

No processo de análise foram coletados dados referentes ao período como: autores, título, ano de publicação, e ao estudo como: objetivo, referencial teórico, tipo de estudo, aspectos metodológicos e resultados.

<sup>1</sup> Centro Universitário Redentor/Afya, rebecalyscs@gmail.com

<sup>2</sup> Centro Universitário Redentor/Afya, patricia.martins@uniredentor.edu.br

A interpretação dos dados foi fundamentada nos resultados da avaliação dos artigos selecionados, obtendo-se uma amostra final de 5 estudos.

### 3 RESULTADOS

Para a realização desta revisão integrativa foram selecionados 5 artigos que se adequaram nos critérios de inclusão da pesquisa, sendo 2 estudos qualitativo-descritivos, 1 estudo experimental/prospectivo, 1 estudo observacional analítico/transversal e 1 revisão bibliográfica.

No quadro 1, temos uma representação do processo de seleção dos artigos que compõem a amostra final do estudo segundo os critérios definidos. Dentre os 5 artigos selecionados, 4 foram encontrados na plataforma Lilacs e 1 na Scielo.

#### Quadro 1 – Bases de dados consultadas e quantidade de artigos que compuseram a amostra do estudo

Bases de Dados	Combinação de palavras-chave	Artigos encontrados	Artigos que atendiam aos critérios de inclusão	Artigos que atenderam aos critérios de exclusão	Amostra
LILACS	Psicomotricidade e idosos	5	4	1	4
SciELO	Psicomotricidade e idosos	1	1	0	1
Total		6	5	1	5

No quadro 2, são apresentados os resultados referentes a pesquisa realizada, cujos dados foram organizados pelo ano de publicação, autores, título, objetivos e síntese das respectivas conclusões.

<sup>1</sup> Centro Universitário Redentor/Afya, rebecalyscs@gmail.com

<sup>2</sup> Centro Universitário Redentor/Afya, patricia.martins@uniredentor.edu.br

**Quadro 2 – Caracterização dos estudos**

<b>ANO</b>	<b>AUTORES</b>	<b>TÍTULO</b>	<b>OBJETIVOS</b>	<b>SÍNTESE DAS CONCLUSÕES</b>
2010	Sheila de Melo Borges; Ivan Aprahamian; Márcia Radanovic; Orestes Vicente Forlenza	Psicomotricidade e retrogênese: considerações sobre o envelhecimento e a Doença de Alzheimer.	Revisar o conceito de retrogênese no envelhecimento e na DA e discutir os artigos publicados sobre o assunto nos últimos 10 anos.	A partir da revisão realizada, destacou-se o modelo da retrogênese funcional que ilustra as alterações involutivas que ocorrem em pacientes acometidos pela DA. Modelos experimentais têm sido apresentados para testar as hipóteses teóricas da retrogênese, por meio da utilização de técnicas de ressonância magnética com medidas de diferenciação de tecidos, que buscam identificar alterações de substância branca.
2014	Sarah Lins dos Santos; Maria Júlia Guimarães Oliveira Soares; Eduardo Ravagni; Marta Miriam Lopes Costa; Maria das Graças Melo Fernandes	Desempenho da marcha de idosos praticantes de Psicomotricidade.	Objetivou-se avaliar o desempenho da marcha de idosos praticantes de atividades psicomotoras.	Apesar do curto intervalo de tempo, a intervenção psicomotora trouxe uma resposta positiva sobre o desempenho da marcha dos idosos participantes da pesquisa, visto que a média obtida na primeira avaliação foi de 11,6, enquanto na segunda avaliação foi de 15,5, logo após a prática de atividades psicomotoras. Tais resultados ocorreram mediante o fortalecimento muscular realizado no ambiente aquático que, devido ao seu baixo impacto, facilitou o desempenho funcional dos idosos.
2015	Sofia Banzatto; Ana Giselle Rêgo Castro Alves; Camila Martins da Silva; Maíra de Oliveira Viana; Ivana Marinho Paiva Freitas; José Nilson Rodrigues Menezes	Análise da efetividade da fisioterapia através da Psicomotricidade em idosos institucionalizados.	Analisar a percepção dos idosos a respeito da efetividade da fisioterapia através de atividades psicomotoras.	Os idosos institucionalizados sentem que a Psicomotricidade contribui para o emocional e que as atividades auxiliam o desempenho físico e mental, melhorando a autonomia e capacidade de enfrentar suas limitações, proporcionando uma melhor condição de vida.
2019	Chiodi Susana; Galizia Paola; Cravero Antonella; Ormello Candela; Pegoraro Magalí	El juego como vehículo de sensaciones placenteras en el adulto mayor.	Objetivou-se a análise do desenvolvimento psicomotor de 20 adultos com idade entre 65 e 80 anos, participantes de uma oficina vivencial corporal realizada no “Espacio Socio Cultural Arturo Illia” da cidade de Río Cuarto, em seu desafio de brincar.	Esta experiência de intervenção e exploração psicomotora permitiu revalorizar o jogo como meio de sensações prazerosas, proporcionando benefícios como: aumento da autoestima, da capacidade criativa, do prazer de fazer, rir, compartilhar e fazer com o outro. Mostrou-se a importância de nos desprender do preconceito de que o jogo pertence à infância, para começar a encarar-lo como uma atividade fundamental para o bem-estar na vida adulta.
2019	Natália Moya Rodrigues Pereira; Edvaldo Soares	Percepção da Qualidade de vida e Psicomotricidade de idosos institucionalizados em diferentes contextos.	Este estudo objetivou identificar a qualidade de vida (QV) e o desempenho em tarefas que requerem habilidades psicomotoras, além de verificar possíveis associações entre as diversas dimensões da QV e a Psicomotricidade.	Após avaliação do Whoqol-Bref, a QV foi interpretada pelos idosos como boa, tendo maiores pontuações no quesito ‘Relações Sociais’, que inclui o ‘suporte/apoio social’. Em contrapartida a pior pontuação foi para o domínio ‘Psicológico’, que aborda questões relativas à imagem corporal, sentimentos positivos e negativos, podendo estar associada a prática restrita de atividades físicas e cognitivas nas instituições, justificando-se pelo resultado da avaliação das funções psicomotoras que teve os aspectos ‘memória’ e ‘equilíbrio’ como as menores pontuações.

#### 4 DISCUSSÃO

Evidenciando-se essencialmente por meio do movimento, o corpo humano age, percebe e sente o mundo a sua volta, identificando a si mesmo e permitindo-se relacionar com o outro. Podendo ser facilitado ou limitado pelas propriedades psicomotoras, o movimento, ocorre de acordo com um tempo atuando em um espaço, permitindo então a vivência física e

<sup>1</sup> Centro Universitário Redentor/Afya, rebecalyscs@gmail.com

<sup>2</sup> Centro Universitário Redentor/Afya, patricia.martins@uniredentor.edu.br

peçoal (SANTOS *et al.*, 2014).

Neste contexto Chiodi *et al.* (2019) salienta em seu estudo a importância de compreender o corpo idoso em todos os níveis de atenção a saúde, visto que o processo de envelhecimento provoca alterações tônicas, posturais e motoras que prejudicam a autonomia e o autoconhecimento corporal dos gerontes. Para ele, os recursos instrumentais do brincar e o brincar como ferramenta lúdica, são capazes de recarregar e até mesmo devolver um sentido positivo no viver, atuando de forma preventiva para as alterações do envelhecimento.

Para Pereira & Soares (2019), as mudanças comportamentais relacionadas a idade podem surgir como consequência da dificuldade de lidar com esse novo sistema operacional, que surge ao longo do tempo, podendo comprometer a qualidade de vida do idoso. É a partir deste fator que Chiodi *et al.* (2019) implementa o lúdico como intervenção psicomotora com os idosos, pois implica na transformação do que foi desvalorizado ou até mesmo impossibilitado na mente do adulto, ressignificando a capacidade expressivo-comunicativa e práxis-cognitiva, permitindo ao idoso se adaptar a passagem do tempo sem resignar-se. Dando lugar a imaginação, ao prazer de realizar atividades e ao reconhecimento como figura funcional, e consequentemente uma melhor qualidade de vida.

Santos *et al.* (2014) corrobora com este pensamento ao mencionar a importância das atividades de vida diárias na modificação das respostas emocionais e motoras, pois estas possibilitam níveis variados de interação com o mundo, tornando o ser humano capaz de lidar com os desafios da vida. Envelhecer muitas vezes trás insegurança ao idoso, pois é preciso assumir as mudanças que estão acontecendo com seu corpo e para alguns isso pode ser assustador.

Nesta conjuntura Banzatto *et al.* (2015) evidencia a importância da psicomotricidade na abordagem fisioterapêutica ao relembrar a necessidade de se trabalhar o esquema corporal com os idosos, visto que 80% deles possuem alterações neste campo. Chiodi *et al.* (2019) reforça este pensamento ao mencionar a necessidade de um rearranjo da imagem corporal para o novo esquema corporal, esquema esse que agora possui novos padrões de alimentação, sono, tonicidade e funcionalidade.

Segundo Borges *et al.* (2010) o envelhecimento, assim como suas alterações, ocorre ao contrário do desenvolvimento, ou seja, todas as manifestações comportamentais, motoras, perceptivas, cognitivas ou socioemocionais ocorrem no sentido inverso, do mais complexo ao mais simples. Inicialmente há uma perda das habilidades relacionadas as atividades instrumentais da vida diária, geralmente mais complexas, e em seguida as atividades básicas de vida diária. Estes fatores contribuem para o conceito de retrogênese como parte da senescência.

No entanto Borges *et al.* (2010) reforça que, apesar de mencionarem a regressão psicomotora no processo de envelhecimento, poucos autores correlacionam este processo diretamente a retrogênese; mas admitem a existência de um declínio funcional sequencial. Apesar disso há uma concordância acerca da efetividade da psicomotricidade como ferramenta terapêutica para a recuperação das funções motoras e cognitivas afetadas pela idade avançada, conforme afirma Pereira & Soares (2019).

Acerca das diferentes abordagens psicomotoras, Banzatto *et al.* (2015) frisa que o objetivo maior deve ser a reintegração da capacidade funcional, da imagem corporal, da exploração visomotora sequencializada, da simbologia corporal, da exploração de atividades que estimulem a verbalização e que requeiram elaborações práticas. Por meio da abordagem psicomotora, Banzatto *et al.* (2015) observou uma melhora significativa na capacidade muscular, articular e na saúde como um todo, oferecendo maior bem-estar e sensação de revigoração a idosos institucionalizados.

Por outro lado, Chiodi *et al.* (2019) utilizou o jogo como abordagem lúdica, trabalhando aspectos psicomotores em grupo, procurando proporcionar o redescobrimto da expressão corporal, verbal e motora, por meio da percepção do tônus muscular durante as atividades e dos estímulos musicais e visuais. Fazendo da psicomotricidade um meio de gerar alegria, qualidade de vida e melhora da autoestima.

Já Pereira & Soares (2019) trabalharam o desempenho psicomotor de idosos e avaliaram sua qualidade de vida em instituições de longa permanência, tanto no Brasil quanto em Portugal. Por meio deste estudo foi possível observar que os padrões de qualidade de vida nestas instituições não se diferem de forma significativa entre países, entretanto a diferença no nível de escolaridade, para o autor, afetou diretamente o desempenho dos idosos em tarefas que necessitavam de maior atenção ou elaboração.

## 5 CONCLUSÃO

Conforme detalhado nos achados da literatura, a abordagem psicomotora se mostra eficaz em idosos, pois favorece o ganho de confiança e autonomia, além da recuperação da função e qualidade de vida, sendo pertinente para a recuperação dos aspectos motores, funcionais, cognitivos e emocionais dos gerontes.

Todavia mesmo sendo reconhecida como uma prática efetiva na fisioterapia e comumente aplicada no meio, pouco se fala sobre a psicomotricidade e a população idosa, devido à escassez de estudos encontrados na presente pesquisa. Observa-se a necessidade de investir na realização de pesquisas e estudos voltados a população idosa, pois a psicomotricidade, apesar de muito abordada no meio pediátrico, se mostra de extrema relevância na fisioterapia gerontológica.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALVES, J. E. D. Envelhecimento populacional continua e não há perigo de um geronticídio. **Laboratório de Demografia e Estudos Populacionais (LADEM)**, 2020.

<sup>1</sup> Centro Universitário Redentor/Afya, rebecalyscs@gmail.com

<sup>2</sup> Centro Universitário Redentor/Afya, patricia.martins@uniredentor.edu.br

ALMODÓVAR, Z. C.; FERNÁNDEZ, M. I. R.; BELMONTE, R. E.; GORDILLO, M. D. G. Arte y mayores: propuesta para un envejecimiento activo. **International Journal of Developmental and Educational Psychology: INFAD. Revista de Psicología**, v. 2, n. 1, p. 247-258, 2013.

ABP - Associação Brasileira de Psicomotricidade. **O que é Psicomotricidade**, 2019. Disponível em: <<https://psicomotricidade.com.br/sobre/o-que-e-psicomotricidade/>>. Acesso em: 13 de março 2022.

CHIODI, M. S., GALIZIA, P., CRAVERO, A., ORMELLO, C., & PEGORARO, M. O jogo como veículo de sensações prazerosas em idosos. **Revista de Saúde Pública**, v. 23, não. 2 P. 86-93, 2019.

BANZATTO, S.; DA SILVA, C. M.; ALVES, A. G. R. C.; VIANA, M. O.; DE MENEZES, J. N. R.; FREITAS, I. M. P. Análise da efetividade da fisioterapia através da psicomotricidade em idosos institucionalizados. **Revista Brasileira em Promoção da Saúde**, v. 28, n. 1, p. 119-125, 2015.

BORGES, S. D. M.; APRAHAMIAN, I.; RADANOVIC, M.; FORLENZA, O. V. Psicomotricidade e retrogênese: considerações sobre o envelhecimento e a doença de Alzheimer. **Archives of Clinical Psychiatry (São Paulo)**, v. 37, p. 131-137, 2010.

OLIVEIRA, D. A.; PINTO, N. S.; CORDEIRO, L. S. Psicomotricidade na Senescência. **Revista Interdisciplinar Pensamento Científico**, v. 1, n. 2, 2015.

PEREIRA, N. M. R.; SOARES, E. Percepção da Qualidade de vida e psicomotricidade de idosos institucionalizados em diferentes contextos. **Revista Kairós-Gerontologia**, v. 22, n. 1, p. 307-328, 2019.

SANTOS, S. L. D.; SOARES, M. J. G. O.; RAVAGNI, E.; COSTA, M. M. L.; FERNANDES, M. D. G. M. Desempenho da marcha de idosos praticantes de psicomotricidade. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 67, p. 617-622, 2014.

**PALAVRAS-CHAVE:** Fisioterapia; Idosos; Psicomotricidade;

<sup>1</sup> Centro Universitário Redentor/Afya, rebecalyscs@gmail.com

<sup>2</sup> Centro Universitário Redentor/Afya, patricia.martins@uniredentor.edu.br