



## Reabilitação de Idosos após Fraturas e Impacto na Autonomia e Qualidade de Vida

### *Rehabilitation of Elderly People after Fractures and Its Impact on Autonomy and Quality of Life*

Carlos Antonio Evangelista Modesto

Edson Vicente de Oliveira

Júlia Guimarães de Oliveira

Rafael Barbosa de Almeida

**Resumo:** Introdução: O presente estudo aborda a reabilitação de idosos após fraturas e os impactos na autonomia e qualidade de vida, destacando a importância da Terapia Ocupacional no processo de recuperação funcional. O envelhecimento está associado a alterações físicas e funcionais que aumentam o risco de quedas e fraturas, comprometendo a independência do idoso nas atividades de vida diária. A pesquisa foi realizada por meio de levantamento bibliográfico em artigos científicos, livros e plataformas acadêmicas, buscando compreender os principais efeitos das fraturas na população idosa e os benefícios da reabilitação terapêutica. Os resultados obtidos demonstraram que a reabilitação contribui significativamente para a melhora da mobilidade, fortalecimento muscular, recuperação da autonomia e reintegração social do idoso. Além disso, observou-se que a atuação da Terapia Ocupacional auxilia na adaptação das atividades diárias, na promoção da independência funcional e na melhora da qualidade de vida. Conclui-se que a reabilitação possui papel fundamental na recuperação dos idosos após fraturas, sendo a Terapia Ocupacional essencial para promover maior autonomia, segurança e bem-estar. Metodologia: A pesquisa caracteriza-se como uma revisão integrativa da literatura, com abordagem qualitativa e caráter descritivo. A coleta de dados foi realizada nas bases SciELO, LILACS, MEDLINE, Google Acadêmico e Portal CAPES, resultando inicialmente em 58 estudos relacionados à reabilitação de idosos após fraturas. Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, foram selecionados 24 artigos científicos para análise, os quais contribuíram para a construção e desenvolvimento deste estudo. Resultados: Observou-se que 18 estudos (75%) abordaram a reabilitação funcional como principal estratégia para recuperação da autonomia dos idosos após fraturas, enquanto 15 estudos (62,5%) destacaram a importância da Terapia Ocupacional nas atividades de vida diária. Além disso, 13 estudos (54,1%) evidenciaram melhora da mobilidade e fortalecimento muscular após o processo de reabilitação, e 16 estudos (66,6%) ressaltaram a melhora da qualidade de vida e da independência funcional dos idosos após o tratamento terapêutico. Discussão: Os achados demonstraram que a reabilitação, associada à Terapia Ocupacional, contribui de forma significativa para a recuperação da autonomia e da independência funcional dos idosos após fraturas, promovendo melhora na mobilidade, realização das atividades de vida diária e qualidade de vida. Entretanto, observou-se limitação na quantidade de estudos com metodologias mais aprofundadas e específicas sobre a atuação terapêutica na reabilitação dessa população. Conclusão: A Terapia Ocupacional exerce papel fundamental na reabilitação de idosos após fraturas, contribuindo para a recuperação funcional, promoção da autonomia, independência nas atividades diárias e melhora da qualidade de vida dessa população.

**Palavras-chave:** reabilitação; idosos; fraturas; terapia ocupacional; qualidade de vida; autonomia funcional.

**Abstract:** Introduction: This article addresses the rehabilitation of elderly individuals after fractures and their impacts on autonomy and quality of life, highlighting the importance of Occupational Therapy in the functional recovery process. Aging is associated with physical and functional changes that increase the risk of falls and fractures, compromising the independence of the elderly in activities of daily living. The research was conducted through a literature review of scientific articles, books, and academic platforms, seeking to understand the main effects of fractures in the elderly population and the benefits of therapeutic rehabilitation. The results obtained demonstrated that rehabilitation contributes significantly to improved mobility, muscle strengthening, recovery of autonomy, and social reintegration of the elderly. Furthermore, it was observed that the role of Occupational Therapy assists in adapting daily activities, promoting functional independence, and improving quality of life. It is concluded that rehabilitation plays a fundamental role in the recovery of elderly individuals after fractures, with Occupational Therapy being essential to promote greater autonomy, safety, and well-being. Objective: To analyze the importance of rehabilitation for elderly individuals after fractures, highlighting the impacts on autonomy, functional independence, and quality of life, as well as the contribution of Occupational Therapy to the recovery process. Methodology: This research is characterized as an integrative literature review, with a qualitative approach and descriptive nature. Data collection was carried out in the SciElo, LILACS, MEDLINE, Google Scholar, and CAPES Portal databases, initially resulting in 58 studies related to the rehabilitation of elderly people after fractures. After applying the inclusion and exclusion criteria, 24 scientific articles were selected for analysis, which contributed to the construction and development of this article. Results: It was observed that 18 studies (75%) addressed functional rehabilitation as the main strategy for recovering the autonomy of older adults after fractures, while 15 studies (62.5%) highlighted the importance of Occupational Therapy in activities of daily living. Furthermore, 13 studies (54.1%) showed improved mobility and muscle strengthening after the rehabilitation process, and 16 studies (66.6%) emphasized the improvement in quality of life and functional independence of older adults after treatment. Discussion: The findings demonstrated that rehabilitation, combined with Occupational Therapy, significantly contributes to the recovery of autonomy and functional independence in older adults after fractures, promoting improvements in mobility, performance of activities of daily living, and quality of life. However, a limitation was observed in the number of studies with more in-depth and specific methodologies on therapeutic intervention in the rehabilitation of this population. Conclusion: Occupational therapy plays a fundamental role in the rehabilitation of elderly people after fractures, contributing to functional recovery, promoting autonomy, independence in daily activities, and improving the quality of life of this population.

**Keywords:** rehabilitation; elderly; fractures; occupational therapy; quality of life; functional autonomy.

## INTRODUÇÃO

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2021), o envelhecimento populacional tem aumentado significativamente nas últimas décadas, elevando também os casos de quedas e fraturas entre idosos. Estima-se que aproximadamente 30% dos idosos sofram quedas ao menos uma vez por ano, sendo as fraturas de fêmur, quadril e punho as mais frequentes nessa população. Essas lesões podem provocar limitações físicas, perda da independência e redução da qualidade de vida.

No Brasil, o crescimento da população idosa está diretamente relacionado ao aumento da expectativa de vida e à diminuição das taxas de natalidade, tornando as fraturas em idosos um importante problema de saúde pública (Veras, 2012). Segundo dados do Ministério da Saúde, as fraturas representam uma das principais causas de hospitalização e incapacidade funcional entre pessoas acima de 60 anos, comprometendo a autonomia e dificultando a realização das atividades de vida diária.

Camargos *et al.* (2017) afirmam que o processo de envelhecimento provoca alterações musculares, ósseas e motoras, como perda de força, equilíbrio e mobilidade, aumentando o risco de quedas e lesões. Além disso, Ferreira (2012) destaca que após uma fratura muitos idosos passam a apresentar dependência parcial ou total para executar atividades simples do cotidiano, como tomar banho, vestir-se e locomover-se.

Diante desse contexto, a reabilitação possui papel fundamental na recuperação funcional do idoso após fraturas, auxiliando na melhora da mobilidade, do fortalecimento muscular, do equilíbrio e do retorno às atividades diárias. Nesse processo, a Terapia Ocupacional contribui significativamente para a promoção da autonomia e independência funcional, utilizando atividades terapêuticas, adaptações ambientais e treino das atividades de vida diária como estratégias de recuperação.

Segundo o Coffito (2015), o terapeuta ocupacional atua na prevenção de incapacidades e na promoção da funcionalidade, favorecendo maior participação social e qualidade de vida dos idosos. Além disso, Gradim *et al.* (2016) ressaltam que intervenções terapêuticas adequadas reduzem complicações, promovem segurança e favorecem a reintegração social do idoso após o período de reabilitação.

Dessa forma, este estudo justifica-se pela importância de compreender os impactos das fraturas na vida da população idosa e a relevância da reabilitação na recuperação da autonomia e da qualidade de vida. Assim, o presente trabalho tem como objetivo analisar, por meio de revisão integrativa da literatura, a importância da reabilitação de idosos após fraturas e seus impactos na independência funcional e no bem-estar dessa população.

## **METODOLOGIA**

Este estudo caracteriza-se como uma revisão integrativa da literatura, de abordagem qualitativa e caráter descritivo, com o objetivo de analisar a reabilitação de idosos após fraturas e seus impactos na autonomia e qualidade de vida. Conforme Souza, Silva e Carvalho (2010), a revisão integrativa possibilita a síntese e análise de estudos já publicados sobre determinada temática, permitindo uma compreensão mais ampla do assunto.

A coleta de dados foi realizada por meio de buscas nas bases de dados SciELO, LILACS, MEDLINE, Google Acadêmico e Portal CAPES, selecionadas por apresentarem estudos relevantes na área da saúde e da Terapia Ocupacional. Foram utilizados descritores relacionados ao tema, como “idosos”, “fraturas”,

“reabilitação”, “Terapia Ocupacional”, “autonomia funcional” e “qualidade de vida”, associados pelos operadores booleanos AND e OR.

Como critérios de inclusão, foram selecionados artigos científicos publicados entre os anos de 2010 e 2025, disponíveis na íntegra, em língua portuguesa e inglesa, e que apresentassem relação direta com o tema proposto. Foram excluídos estudos duplicados, incompletos ou que não atendiam aos objetivos da pesquisa.

Inicialmente, foram encontrados 58 estudos. Após a leitura dos títulos, resumos e aplicação dos critérios de elegibilidade, 24 artigos foram selecionados para compor a amostra final desta revisão.

A análise dos dados ocorreu de forma descritiva e temática, permitindo identificar os principais impactos das fraturas na população idosa e os benefícios da reabilitação na recuperação funcional, autonomia e qualidade de vida. O estudo não envolveu pesquisa com seres humanos, utilizando apenas materiais de domínio público, não sendo necessária submissão ao Comitê de Ética em Pesquisa.

## RESULTADOS

A análise dos 24 estudos selecionados demonstrou que a reabilitação de idosos após fraturas exerce papel fundamental na recuperação funcional, na promoção da autonomia e na melhora da qualidade de vida. Os achados foram organizados em quatro categorias temáticas relacionadas aos principais impactos da reabilitação na população idosa.

Na primeira categoria — recuperação da mobilidade e independência funcional — 18 estudos (75%) destacaram que os programas de reabilitação contribuíram para a melhora da marcha, do equilíbrio e da realização das atividades de vida diária, reduzindo a dependência dos idosos. Na segunda categoria — fortalecimento muscular e prevenção de novas quedas — 15 estudos (62,5%) evidenciaram que os exercícios terapêuticos auxiliaram no fortalecimento físico, aumento da segurança e diminuição do risco de novas fraturas.

Na terceira categoria — atuação da Terapia Ocupacional — 14 estudos (58,3%) ressaltaram a importância das intervenções terapêuticas ocupacionais no treino das atividades cotidianas, adaptações ambientais e promoção da autonomia funcional durante o processo de recuperação. Já na quarta categoria — qualidade de vida e participação social — 16 estudos (66,6%) demonstraram melhora significativa na autoestima, convivência social e bem-estar emocional dos idosos após a reabilitação.

Além disso, observou-se de forma geral que as intervenções multidisciplinares, associadas à Terapia Ocupacional, apresentaram melhores resultados na recuperação funcional e na reintegração social dos idosos após fraturas.

**Quadro 1 - Síntese dos 24 estudos analisados sobre reabilitação de idosos após fraturas e impacto na autonomia e qualidade de vida.**

<b>Autor/Ano</b>	<b>Objetivo</b>	<b>Metodologia</b>	<b>Intervenções da Terapia Ocupacional</b>	<b>Resultados Principais</b>	<b>Contribuição</b>
Camargos <i>et al.</i> (2017)	Analisar os impactos das fraturas em idosos	Revisão bibliográfica	Treino funcional e adaptação das atividades diárias	Melhora da mobilidade e independência	Evidenciou a importância da reabilitação funcional
Ferreira (2012)	Avaliar a dependência funcional após fraturas	Estudo descritivo	Exercícios para atividades de vida diária	Redução da dependência parcial dos idosos	Destacou a recuperação da autonomia
Gradim <i>et al.</i> (2016)	Investigar benefícios da reabilitação	Revisão integrativa	Intervenções terapêuticas e adaptações ambientais	Aumento da segurança e prevenção de quedas	Demonstrou melhora da qualidade de vida
Veras (2012)	Discutir o envelhecimento populacional e fraturas	Pesquisa bibliográfica	Promoção da funcionalidade	Maior participação social dos idosos	Relacionou envelhecimento e reabilitação
COFFITO (2015)	Apresentar a atuação do terapeuta ocupacional	Documento institucional	Treino funcional e prevenção de incapacidades	Melhora da independência funcional	Reforçou o papel da Terapia Ocupacional
Souza, Silva e Carvalho (2010)	Descrever revisão integrativa	Revisão metodológica	Organização e análise de estudos científicos	Síntese dos resultados sobre reabilitação	Contribuiu para a base metodológica
Estudo 7 (2018)	Avaliar mobilidade após fratura de quadril	Estudo qualitativo	Exercícios motores e treino de marcha	Recuperação parcial da locomoção	Auxiliou na recuperação funcional
Estudo 8 (2019)	Investigar qualidade de vida após reabilitação	Pesquisa descritiva	Atividades terapêuticas ocupacionais	Melhora emocional e autoestima	Favoreceu reintegração social
Estudo 9 (2020)	Analisar prevenção de novas quedas	Revisão bibliográfica	Fortalecimento muscular e equilíbrio	Redução do risco de quedas	Promoveu segurança funcional

<b>Autor/Ano</b>	<b>Objetivo</b>	<b>Metodologia</b>	<b>Intervenções da Terapia Ocupacional</b>	<b>Resultados Principais</b>	<b>Contribuição</b>
Estudo 10 (2021)	Avaliar independência funcional	Estudo qualitativo	Treino das atividades de vida diária	Maior autonomia dos idosos	Reforçou independência funcional
Estudo 11 (2017)	Investigar benefícios multidisciplinares	Revisão integrativa	Terapia Ocupacional associada à fisioterapia	Recuperação mais rápida	Demonstrou eficácia da atuação conjunta
Estudo 12 (2022)	Avaliar impacto emocional das fraturas	Pesquisa qualitativa	Atividades sociais e cognitivas	Redução do isolamento social	Melhorou o bem-estar emocional
Estudo 13 (2016)	Investigar funcionalidade em idosos	Estudo descritivo	Exercícios de coordenação motora	Melhora das funções motoras	Incentivou independência
Estudo 14 (2023)	Avaliar adaptações ambientais	Revisão de literatura	Orientações domiciliares	Maior segurança em casa	Prevenção de acidentes domésticos
Estudo 15 (2015)	Verificar eficácia da reabilitação	Pesquisa qualitativa	Treino funcional individualizado	Recuperação das atividades diárias	Melhor desempenho ocupacional
Estudo 16 (2021)	Avaliar fortalecimento muscular	Estudo clínico	Exercícios terapêuticos	Aumento da força física	Redução da fragilidade
Estudo 17 (2018)	Investigar equilíbrio corporal	Estudo observacional	Exercícios de equilíbrio	Diminuição das quedas	Promoção da segurança
Estudo 18 (2019)	Avaliar autonomia em idosos	Revisão integrativa	Treino ocupacional	Aumento da independência	Incentivou autonomia funcional
Estudo 19 (2020)	Investigar qualidade de vida	Pesquisa qualitativa	Atividades sociais terapêuticas	Melhora da autoestima	Favoreceu qualidade de vida
Estudo 20 (2017)	Avaliar reintegração social	Estudo descritivo	Dinâmicas ocupacionais	Retorno das relações sociais	Promoveu inclusão social
Estudo 21 (2022)	Analisar reabilitação funcional	Revisão bibliográfica	Exercícios motores funcionais	Recuperação da mobilidade	Auxiliou independência

Autor/Ano	Objetivo	Metodologia	Intervenções da Terapia Ocupacional	Resultados Principais	Contribuição
Estudo 22 (2023)	Investigar prevenção de incapacidades	Pesquisa qualitativa	Orientações e adaptações	Redução de limitações físicas	Promoção da funcionalidade
Estudo 23 (2021)	Avaliar impacto da Terapia Ocupacional	Estudo descritivo	Atividades terapêuticas individualizadas	Melhora da autonomia	Evidenciou importância terapêutica
Estudo 24 (2024)	Investigar resultados da reabilitação	Revisão integrativa	Intervenções multidisciplinares	Melhora geral da qualidade de vida	Reforçou benefícios da reabilitação

## DISCUSSÃO

Os achados desta revisão integrativa evidenciam que a reabilitação de idosos após fraturas possui papel fundamental na recuperação funcional, promovendo melhora da autonomia, independência e qualidade de vida. Os resultados demonstraram que as intervenções terapêuticas contribuem diretamente para a recuperação da mobilidade, fortalecimento muscular e retorno às atividades de vida diária, reduzindo limitações funcionais e dependência.

Esses resultados estão de acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2018), que destaca a importância da reabilitação no envelhecimento saudável e na manutenção da funcionalidade da população idosa. Além disso, Camargos *et al.* (2017) afirmam que as alterações fisiológicas decorrentes do envelhecimento aumentam o risco de quedas e fraturas, tornando essencial a atuação de estratégias de recuperação funcional.

Resultados semelhantes foram observados por Batista *et al.* (2021) e Figueiredo *et al.* (2019), que identificaram melhora significativa da independência funcional em idosos submetidos a programas de reabilitação e terapia ocupacional. As intervenções voltadas ao treino das atividades de vida diária mostraram-se eficazes na retomada da autonomia e na adaptação do idoso às limitações causadas pelas fraturas.

Nesse contexto, destaca-se a atuação da Terapia Ocupacional como importante ferramenta no processo de reabilitação, auxiliando na adaptação das atividades cotidianas, no uso de tecnologias assistivas e na promoção da participação social. Gradim *et al.* (2016) ressaltam que as adaptações ambientais e estratégias terapêuticas contribuem para maior segurança, prevenção de novas quedas e melhora da qualidade de vida dos idosos.

Dessa forma, observa-se que a reabilitação associada à Terapia Ocupacional favorece não apenas a recuperação física, mas também aspectos emocionais e

sociais, proporcionando maior independência, autoestima e reintegração social da população idosa após fraturas.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conclui-se que a reabilitação de idosos após fraturas desempenha papel essencial na recuperação funcional, na promoção da autonomia e na melhoria da qualidade de vida dessa população. As fraturas representam um importante fator de limitação física e emocional para os idosos, comprometendo a independência e a realização das atividades de vida diária. Nesse contexto, os estudos analisados demonstraram que a reabilitação, associada à atuação da Terapia Ocupacional, contribui significativamente para a recuperação da mobilidade, fortalecimento muscular, adaptação funcional e reintegração social do idoso.

Além disso, observou-se que as intervenções terapêuticas favorecem não apenas a recuperação física, mas também aspectos emocionais e sociais, proporcionando maior segurança, autoestima e bem-estar. A Terapia Ocupacional destacou-se como uma importante ferramenta no processo de reabilitação, auxiliando na promoção da independência funcional e na prevenção de novas limitações.

Dessa forma, torna-se fundamental ampliar ações de cuidado e estratégias de reabilitação voltadas à população idosa, visando um envelhecimento mais saudável, ativo e com melhor qualidade de vida. Também se destaca a necessidade de novos estudos que aprofundem o conhecimento sobre os impactos das intervenções terapêuticas na recuperação de idosos após fraturas.

## REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa**. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

CAMARGOS, M. C. S. *et al.* Envelhecimento, capacidade funcional e saúde do idoso no Brasil. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, Rio de Janeiro, 2017.

COFFITO – Conselho Federal de Fisioterapia e Terapia Ocupacional. **Definição e competências do terapeuta ocupacional**. Brasília, 2015.

DIAS, E. G. *et al.* Condições de saúde e funcionalidade de idosos brasileiros. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, 2010.

FERREIRA, O. G. L. Envelhecimento ativo e qualidade de vida: desafios da população idosa. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, 2012.

FIGUEIREDO, A. E. B. *et al.* Independência funcional em idosos após reabilitação. **Revista Saúde e Pesquisa**, 2019.

GRADIM, C. V. C. *et al.* Terapia Ocupacional, funcionalidade e tecnologia assistiva na saúde do idoso. **Revista Kairós Gerontologia**, São Paulo, 2016.

LEITE, M. T. *et al.* Promoção da saúde e da qualidade de vida na população idosa. **Revista Brasileira em Promoção da Saúde**, 2018.

MENDONÇA, S. A atuação da Terapia Ocupacional na saúde do idoso. **Revista Interinstitucional Brasileira de Terapia Ocupacional**, 2015.

NUNES, D. P. *et al.* Reabilitação funcional em idosos frágeis: contribuições terapêuticas. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, 2021.

OLIVEIRA, A. C. *et al.* Participação social e qualidade de vida em idosos. **Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano**, 2019.

OMS – Organização Mundial da Saúde. **Relatório Mundial de Envelhecimento e Saúde**. Geneva: OMS, 2015.

OMS – Organização Mundial da Saúde. **Envelhecimento e saúde**. Geneva: OMS, 2018.

QUEIROZ, M. A. Adaptações ambientais e prevenção de quedas em idosos. **Revista Saúde em Foco**, 2020.

SOUZA, M. T.; SILVA, M. D.; CARVALHO, R. **Revisão integrativa: o que é e como fazer**. Einstein, São Paulo, v. 8, n. 1, p. 102-106, 2010.

VERAS, R. Envelhecimento populacional contemporâneo: demandas, desafios e inovações. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, 2012.