

SUMÁRIO

Apresentação.....	9
Lista de Siglas e Abreviaturas	11
1. Fisiologia do Envelhecimento	17
1.1 Sistema Nervoso e Cognição.....	19
1.2 Sistema Osteomioarticular	25
1.3 Sistema Cardiovascular e Respiratório.....	33
1.4 Sistema Somatossensorial, Visual e Vestibular	39
1.5 Controle Postural.....	41
1.6 Considerações Finais	47
2. Abordagem Psicossocial no Atendimento do Idoso	49
2.1 Abordagem Psicossocial do Envelhecimento	50
2.2 Abordagem Psicossocial no Idoso com Depressão e Ansiedade	52
2.3 Considerações Finais	56
3. Avaliação Fisioterapêutica do Idoso.....	57
3.1 Avaliação Fisioterapêutica	58
3.2 Avaliação Físico-Funcional	60
3.3 Avaliação do Desempenho Funcional.....	61
3.4 Avaliação da Marcha	63
3.5 Timed Up and Go (TUG)	66

3.6	Teste de Levantar e Sentar	66
3.7	Teste de Caminhada de 6 Minutos	68
3.8	Subir e Descer Degrau	69
3.9	Considerações Finais	78
4.	Exercícios Gerais para Idosos	81
4.1	Exercícios Físicos	83
4.2	Modalidades de Exercícios Físicos	85
4.3	Considerações Finais	102
5.	Quedas no Idoso.....	103
5.1	Controle Postural.....	104
5.2	Avaliação do Controle Postural	107
5.3	Teste de Equilíbrio Semiestático	109
5.4	Estratégias de Ação do Sistema de Controle Postural	112
5.5	Avaliação Físico-funcional	113
5.6	Questionários com Diversos Domínios	114
5.7	Exercícios Físicos para a Melhora do Controle Postural	116
5.8	Elaboração de um Treinamento de Equilíbrio	118
5.9	Considerações Finais	123
6.	Estratégias Terapêuticas para Aprendizagem Motora no Envelhecimento ...	125
6.1	Sistema Nervoso Central: Uma Breve Revisão	126
6.2	Envelhecimento e Neuroplasticidade	130
6.3	Considerações Finais	137
7.	Atendimento Fisioterapêutico em Condições Clínicas Prevalentes	139
7.1	Osteoporose	139
7.2	Osteoartrite	157
7.3	Diabetes Mellitus Tipo 2	171
7.4	Demências	190
7.5	Doença de Parkinson	202
7.6	Considerações Finais	219
8.	Oncologia e Atuação Fisioterapêutica no Idoso	221
8.1	Tratamentos Oncológicos e Seus Efeitos Adversos.....	222
8.2	Desempenho Funcional no Paciente Oncológico Idoso	224
8.3	Avaliação Oncológica no Idoso	225
8.4	A Fisioterapia em Oncologia no Idoso	232
8.5	Avaliação Fisioterapêutica	233
8.6	Principais Alterações Corporais.....	235
8.7	Alterações do Sistema Nervoso.....	241

8.8	Citopenias.....	243
8.9	Alterações Cardiovasculares.....	245
8.10	Dor no Paciente Oncológico.....	250
8.11	Lesões Cutâneas: Mucosite e Deiscência Cicatricial.....	253
8.12	Desequilíbrio e Queda no Paciente Oncológico Idoso.....	255
8.13	Declínio da Aptidão Física no Paciente Oncológico.....	256
8.14	Pré-Reabilitação.....	259
8.15	Atuação da Fisioterapia durante o Tratamento Oncológico	259
8.16	Reabilitação	261
8.17	Fisioterapia nos Cuidados Paliativos	265
8.18	Considerações Finais	266
9.	Dor no Idoso.....	267
9.1	Fisiopatologia da Dor	269
9.2	Classificação da Dor	271
9.3	Avaliação da Dor no Idoso.....	272
9.4	Idosos com Prejuízo Cognitivo.....	278
9.5	Bandeiras Vermelhas	282
9.6	Intervenções para a Dor.....	283
9.7	Dispositivos Auxiliares	284
9.8	Exercícios Físicos	284
9.9	Autogerenciamento da Dor	285
9.10	Termoterapia.....	286
9.11	Terapias Complementares e Integrativas.....	287
9.12	Considerações Finais	287
10.	Abordagem Fisioterapêutica: Da Atenção Primária à Institucionalização.....	289
10.1	Enfoque da Fisioterapia na Atenção Primária em Saúde	289
10.2	Enfoque da Fisioterapia na Atenção Domiciliar.....	291
10.3	Enfoque da Fisioterapia nos Centros de Convivência para Idosos	295
10.4	Enfoque da Fisioterapia nas Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPIS)	297
10.5	Considerações Finais	300

APÊNDICES

1.	Modelo de Ficha de Avaliação em Gerontologia.....	305
2.	Modelo de Ficha de Avaliação para Instituições de Longa Permanência (ILPIS)	321
3.	Modelo de Ficha de Avaliação da Dor em Idosos sem Comprometimento de Comunicação	327
4.	Triagem do Risco de Quedas	331

5. Cartilha de Indicação de Dispositivos Auxiliares para Marcha: Como Indicar	335
6. Cartilha de Orientações sobre Comportamentos de Risco para Quedas.....	339
7. Cartilha de Orientações sobre Alinhamento Postural	341
8. Programa de Exercícios para a Melhora do Equilíbrio Postural e Funcionalidade	343
9. Programa de Exercícios Oculomotores e Vestibulares.....	357
10. Programa de Exercícios para Melhora Óssea	367
Referências Bibliográficas	379
Sobre os Autores.....	441