

Abordagens fisioterapêuticas no tratamento da pessoa idosa com Alzheimer: revisão de literatura

Physiotherapeutic approaches in the treatment of elderly people with Alzheimer's disease: literature review

Rafael dos Santos Carneiro de Oliveira
Samuel de Sousa Ribeiro (Orientador)

RESUMO

Introdução: A Doença de Alzheimer (DA) é uma condição neurodegenerativa progressiva que compromete a memória, a cognição, o comportamento e a funcionalidade da pessoa idosa. Além das alterações cognitivas, podem ocorrer prejuízos motores, como redução do equilíbrio, alterações da marcha, fraqueza muscular e maior risco de quedas, o que torna necessária a adoção de estratégias terapêuticas voltadas à manutenção da autonomia e da qualidade de vida. **Objetivo:** Analisar, por meio de revisão de literatura, as principais abordagens fisioterapêuticas utilizadas no tratamento da pessoa idosa com DA. **Métodos:** Trata-se de uma revisão de literatura realizada em bases eletrônicas da área da saúde, incluindo *PubMed*, *SciELO*, *BVS*, *LILACS* e *PEDro*. Foram considerados artigos publicados entre 2012 e 2026, nos idiomas português e inglês, utilizando descritores consultados nos DeCS e seus correspondentes em inglês, combinados pelo operador booleano AND/E, como Doença de Alzheimer, Fisioterapia, Pessoa Idosa, Reabilitação, Equilíbrio, Marcha, Cognição e Qualidade de Vida. Foram incluídos estudos que abordassem a atuação fisioterapêutica, a reabilitação ou estratégias não farmacológicas aplicadas à pessoa idosa com DA, sendo excluídas publicações duplicadas, fora do recorte temporal, em outros idiomas, sem relação direta com o tema ou voltadas exclusivamente ao tratamento farmacológico. A análise dos estudos selecionados foi realizada de forma descritiva. **Resultados:** Os estudos indicam que exercícios terapêuticos, treino de equilíbrio, fortalecimento muscular, treino de marcha, atividades de dupla tarefa, estimulação cognitivo-motora, orientação aos cuidadores e reabilitação multidisciplinar podem auxiliar na manutenção da funcionalidade, na prevenção de quedas e na redução de complicações associadas à progressão da doença. **Conclusão:** A fisioterapia tem papel importante no cuidado da pessoa idosa com DA, sobretudo quando aplicada de forma precoce, contínua, individualizada e integrada à equipe multiprofissional,

contribuindo para preservar a independência possível, a segurança funcional e a qualidade de vida.

Palavras-chave: Doença de Alzheimer; Fisioterapia; Pessoa idosa; Reabilitação; Qualidade de vida.

ABSTRACT

Introduction: Alzheimer's disease is a progressive neurodegenerative condition that impairs memory, cognition, behavior, and functionality in older adults. In addition to cognitive changes, motor impairments can occur, such as reduced balance, gait disturbances, muscle weakness, and an increased risk of falls, making it necessary to adopt therapeutic strategies aimed at maintaining autonomy and quality of life.

Objective: To analyze, through a literature review, the main physiotherapy approaches used in the treatment of older adults with Alzheimer's disease. **Methods:**

This is a literature review conducted in electronic health databases, including PubMed, SciELO, BVS, LILACS, and PEDro. Articles published between 2012 and 2026, in Portuguese and English, were considered, using descriptors consulted in DeCS and their English equivalents, combined by the Boolean operator AND/E, such as Alzheimer's Disease, Physiotherapy, Older Adult, Rehabilitation, Balance, Gait, Cognition, and Quality of Life. Studies addressing physiotherapy intervention, rehabilitation, or non-pharmacological strategies applied to elderly individuals with Alzheimer's disease were included. Duplicate publications, those outside the time frame, those in other languages, those without a direct relationship to the topic, or those focused exclusively on pharmacological treatment were excluded. The analysis of the selected studies was descriptive. **Results:** The studies indicate that therapeutic exercises, balance training, muscle strengthening, gait training, dual-task activities, cognitive-motor stimulation, caregiver guidance, and multidisciplinary rehabilitation can help maintain functionality, prevent falls, and reduce complications associated with disease progression. **Conclusion:** Physiotherapy plays an important role in the care of elderly individuals with Alzheimer's disease, especially when applied early, continuously, individually, and integrated into a multidisciplinary team, contributing to preserving possible independence, functional safety, and quality of life.

Keywords: Alzheimer's disease; Physiotherapy; Elderly people; Rehabilitation; Quality of life.

1 INTRODUÇÃO

O envelhecimento demográfico é um fenômeno de proporções globais que exige adaptações estruturais contínuas tanto em nações desenvolvidas quanto naquelas em desenvolvimento. Essa mudança no perfil etário mundial é acompanhada pelo aumento na incidência de síndromes neurodegenerativas; estima-se que mais de 55 milhões de indivíduos vivem com algum tipo de demência, com maior prevalência no público feminino acima de 65 anos (GONÇALVES *et al.*, 2024).

No contexto brasileiro, o crescimento acelerado da população idosa intensifica o surgimento de doenças características desta fase da vida, destacando-se a Doença de Alzheimer (DA) como a forma demencial mais frequente, responsável por 54,15% dos

diagnósticos do gênero, além de 14,4% de casos associados à demência mista (GONÇALVES *et al.*, 2024; KAMADA *et al.*, 2018).

A DA é uma condição neurodegenerativa progressiva que acomete principalmente a população idosa e provoca alterações graduais na memória, na linguagem, no comportamento, na orientação e na realização das atividades cotidianas. Com a evolução da doença, essas alterações comprometem a autonomia, a segurança e a qualidade de vida do idoso, exigindo acompanhamento contínuo da família, dos cuidadores e dos profissionais de saúde (SUEMOTO *et al.*, 2024; HIRAMI, 2025).

Apesar de ser mais conhecida pelas perdas cognitivas, a DA também pode causar prejuízos motores e funcionais. Alterações no equilíbrio, na marcha, na força muscular, na coordenação e na mobilidade podem dificultar o deslocamento, aumentar o risco de quedas e tornar o idoso mais dependente para as atividades de vida diária (LEAL *et al.*, 2017; ZIDAN *et al.*, 2012).

A escolha dessas abordagens deve considerar o estágio da doença, as limitações apresentadas pelo idoso, o ambiente em que ele vive e a participação da família no processo de cuidado. Assim, possibilitando ao profissional fisioterapeuta conduzir uma boa avaliação, traçar limitações e objetivos para assim compreender os recursos fisioterapêuticos disponíveis e suas possíveis aplicações. Sendo relevante para orientar uma assistência mais segura, individualizada e humanizada, capaz de considerar não apenas os aspectos motores ou físicos mas também as necessidades cognitivas, emocionais e sociais da pessoa idosa (SOUZA *et al.*, 2016; MADUREIRA *et al.*, 2017).

A justificativa deste estudo está na necessidade de reunir informações sobre as intervenções fisioterapêuticas utilizadas no tratamento da pessoa idosa com DA, especialmente diante do envelhecimento populacional e da crescente demanda por cuidados que favoreçam autonomia, segurança, participação familiar e qualidade de vida. Dessa forma, o objetivo desta revisão foi identificar, reunir e analisar as principais abordagens fisioterapêuticas descritas na literatura para o tratamento da pessoa idosa com DA.

2. METODOLOGIA

A presente revisão de literatura foi realizada por meio de busca por trabalhos científicos disponíveis em bases eletrônicas da área da saúde, incluindo *PubMed*, *SciELO*, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), *LILACS* e *PEDro*. A seleção contemplou

publicações relacionadas à fisioterapia no cuidado da pessoa idosa com DA, considerando estudos publicados entre 2012 e 2026, nos idiomas português e inglês.

Foram utilizados descritores consultados nos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e termos correspondentes em inglês, combinados pelo operador booleano “AND/E”, tais como: “Doença de Alzheimer”/“*Alzheimer Disease*”; “Fisioterapia”/“*Physical Therapy*”; “Pessoa Idosa”/“*Aged*”; “Reabilitação”/“*Rehabilitation*”; “Equilíbrio”/“*Postural Balance*”; “Marcha”/“*Gait*”; “Cognição”/“*Cognition*” e “Qualidade de Vida”/“*Quality of Life*”. As combinações buscaram recuperar estudos que abordassem intervenções fisioterapêuticas, recursos terapêuticos e estratégias de reabilitação voltadas à manutenção da funcionalidade, mobilidade, equilíbrio, cognição e autonomia da pessoa idosa com DA.

Os critérios de inclusão consideraram artigos científicos disponíveis na íntegra ou com informações suficientes para análise, publicados no período estabelecido, nos idiomas português e inglês, que abordassem a atuação fisioterapêutica, na reabilitação ou estratégias não farmacológicas aplicadas à pessoa idosa com DA. Foram incluídos estudos de revisão, estudos originais e pesquisas que discutem equilíbrio, marcha, funcionalidade, cognição, qualidade de vida, atividades de vida diária e orientação aos cuidadores, desde que apresentassem relação direta com o tema proposto.

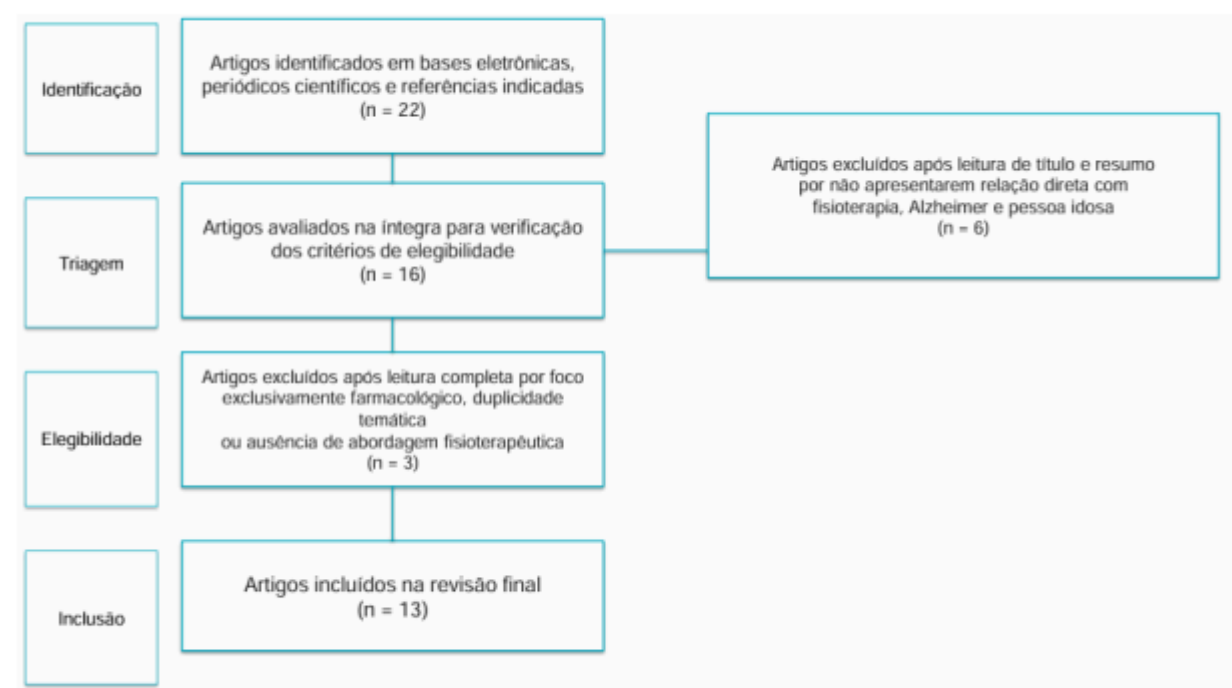
Foram excluídos artigos que não estavam disponíveis para consulta, publicações fora do recorte temporal definido, materiais duplicados, estudos publicados em outros idiomas, textos sem relação direta entre fisioterapia e DA, trabalhos voltados exclusivamente ao tratamento farmacológico e produções que não contemplavam a população idosa ou não contribuem para responder à questão norteadora. Após a leitura dos títulos, resumos e textos completos, os estudos selecionados foram organizados conforme autoria, ano de publicação, objetivo, foco principal e principais contribuições para a prática fisioterapêutica. A análise foi realizada de forma descritiva, buscando relacionar os achados da literatura às possibilidades de cuidado fisioterapêutico da pessoa idosa com DA.

3. RESULTADOS

Foram encontrados 13 estudos que abordam o cuidado fisioterapêutico à pessoa idosa com DA sob diferentes perspectivas (Figura 1). Entre os principais temas encontrados estão qualidade de vida, equilíbrio, reabilitação neurocognitiva, intervenção

cognitivo-motora, recursos fisioterapêuticos, tratamentos não farmacológicos, fatores de risco para demência e reabilitação multidisciplinar. A síntese das publicações selecionadas está descrita na Tabela 1.

Figura 1 – Fluxograma de seleção dos estudos



Fonte: Elaborado pelo autor, 2026.

Tabela 1 – Síntese das publicações selecionadas quanto ao foco, objetivo e contribuições

Autor/Ano	Título/Foco	Objetivo	Conclusão
Avinte e Livramento, (2023)	Fisioterapia no tratamento da DA; atuação fisioterapêutica e recursos terapêuticos.	Descrever a atuação da fisioterapia no tratamento da DA.	Apontam que a fisioterapia contribui para mobilidade, independência funcional e qualidade de vida, especialmente com exercícios terapêuticos e orientação aos cuidadores.

Gonçalves <i>et al.</i> (2024)	Qualidade de vida de idosos com Alzheimer; benefícios da fisioterapia.	Analisar a influência da fisioterapia na qualidade de vida de idosos com DA	Indicam melhora da funcionalidade, redução de limitações motoras e maior participação nas atividades diárias.
Kamada <i>et al.</i> (2018)	Qualidade de vida de idosos com Alzheimer; benefícios da fisioterapia.	Correlacionar os benefícios do exercício físico para o paciente com DA, e a melhora na qualidade de vida e na evolução do doente.	Indicam que o exercício físico resulta em mudanças cerebrais benéficas, estrutural e funcionalmente.
Leal <i>et al.</i> (2017)	Comprometimento do equilíbrio; marcha e prevenção de quedas.	Investigar a atuação fisioterapêutica no comprometimento do equilíbrio em idosos com DA.	Destacam treino de equilíbrio, marcha e coordenação como estratégias para segurança funcional.
Mafrá, (2024)	Reabilitação neurocognitiva e atividades de vida diária.	Avaliar a eficácia da reabilitação neurocognitiva na manutenção das atividades de vida diária.	Mostra que a reabilitação neurocognitiva pode auxiliar na preservação da autonomia e de habilidades funcionais.
Martins <i>et al.</i> (2016)	Intervenção fisioterapêutica cognitivo-motora e funcionalidade.	Verificar a efetividade de uma intervenção cognitivo-motora em idosos institucionalizados.	Indicam que associar movimento e cognição favorece funcionalidade, atenção, participação e desempenho motor.
Oliveira, (2021)	Atuação fisioterapêutica no mal de Alzheimer.	Revisar a atuação da fisioterapia em pacientes com DA.	Reforça a importância de exercícios, alongamentos, mobilizações e cuidados posturais para retardar perdas funcionais.
Silva <i>et al.</i> (2022)	Perfil da fisioterapia na reabilitação de indivíduos com Alzheimer.	Caracterizar recursos e condutas fisioterapêuticas utilizadas na reabilitação de indivíduos com DA.	Aponta diversidade de recursos terapêuticos, com destaque para exercícios funcionais, fortalecimento e treino de marcha.
Souza <i>et al.</i> (2016)	Tratamentos não farmacológicos e qualidade de vida.	Identificar tratamentos não farmacológicos capazes de melhorar a qualidade de vida de idosos com DA.	Evidencia que intervenções físicas, cognitivas e sociais podem complementar o tratamento e favorecer bem-estar.

Santos <i>et al.</i> (2026)	Fatores de risco modificáveis nas demências: evidências atuais para prevenção e redução da carga global da doença. Revista Tópicos.	Revisar dados epidemiológicos sobre a DA no contexto brasileiro.	Contribui para redução da carga global das demências e promover o envelhecimento saudável diante dos fatores modificáveis.
Hirami <i>et al.</i> (2025)	Estudo epidemiológico da doença de Alzheimer no Brasil entre 2019 a 2024.	Analisar o perfil epidemiológico da DA no Brasil, abrangendo o período de 2019 a 2024.	Contextualiza a reforça a necessidade de políticas públicas territorializadas e equitativas, voltadas para a prevenção, o diagnóstico precoce e a criação de redes de apoio a pacientes e cuidadores.
Madureira <i>et al.</i> (2017)	Efeitos de programas de reabilitação multidisciplinar no tratamento de pacientes com doença de Alzheimer	Avaliar os efeitos de programas de reabilitação multidisciplinar no tratamento de pacientes com DA.	Defende cuidado integrado entre profissionais, família e cuidadores, favorecendo continuidade terapêutica e adaptação funcional.
Zidan <i>et al.</i> (2012)	Alterações motoras e funcionais nos estágios da DA.	Analisar alterações motoras e funcionais em diferentes estágios da doença.	Mostra que o avanço da doença compromete mobilidade e funcionalidade, reforçando a necessidade de acompanhamento fisioterapêutico contínuo.

Fonte: Elaborado pelo autor, 2026.

4. DISCUSSÃO

A análise dos estudos evidencia que a fisioterapia tem lugar relevante no cuidado da pessoa idosa com DA, especialmente por atuar sobre alterações motoras que podem surgir ao longo da evolução da doença. Hiramí (2025) e Suemoto *et al.* (2024) contribuem para contextualizar essa discussão ao tratarem a DA como um problema crescente de saúde pública, relacionado ao envelhecimento populacional e à necessidade de estratégias de cuidado contínuo, prevenção e preservação da autonomia.

Os achados de Zidan *et al.* (2012) e Leal *et al.* (2017) ampliam essa compreensão ao mostrar que a DA não se restringe às perdas cognitivas. Com a progressão da doença, podem ocorrer comprometimentos no equilíbrio, na marcha, na força muscular e na coordenação, o que aumenta o risco de quedas e dificulta tarefas simples do cotidiano. Nesse cenário, a fisioterapia torna-se importante tanto para lidar com limitações já presentes quanto para prevenir perdas funcionais mais acentuadas.

Gonçalves *et al.* (2024), Silva *et al.* (2022), Avinte e Livramento (2023) e Oliveira (2021) apresentam pontos semelhantes ao relacionarem a fisioterapia à manutenção da mobilidade, da independência funcional e da qualidade de vida. Entre as condutas mais citadas estão o fortalecimento muscular, os alongamentos, o treino de equilíbrio, o treino de marcha, as mobilizações e os cuidados posturais. Esses achados indicam que o tratamento deve ser planejado de forma ampla, respeitando o estágio da doença e as necessidades reais de cada idoso.

Além das condutas motoras, Martins *et al.* (2016) e Mafra (2024) chamam atenção para estratégias que associam movimento e cognição. Atividades como tarefas de dupla função, circuitos orientados, comandos simples durante a marcha e exercícios que exigem atenção ou memória podem favorecer a participação do idoso e estimular habilidades úteis às atividades de vida diária. Assim, a fisioterapia passa a considerar o indivíduo de maneira mais integrada, articulando corpo, cognição e funcionalidade.

A participação da família e dos cuidadores também aparece como aspecto importante no processo terapêutico. Souza *et al.* (2016) e Madureira *et al.* (2017) destacam que intervenções não farmacológicas e programas multidisciplinares tendem a ser mais efetivos quando há continuidade do cuidado no ambiente domiciliar. Nesse sentido, orientações sobre transferências, prevenção de quedas, organização do espaço e estímulo às atividades possíveis ajudam a tornar a rotina mais segura e podem reduzir a sobrecarga de quem cuida.

De forma geral, os estudos se complementam ao indicar que a fisioterapia não interrompe a progressão da DA, mas pode amenizar seus impactos sobre a funcionalidade e a qualidade de vida dos portadores. Nas fases iniciais, a prioridade geralmente é manter a independência funcional e prevenir quedas; nas fases intermediárias, ganham destaque a segurança e o treino de funcionalidade; e, nos estágios avançados, tornam-se fundamentais os cuidados posturais, as mobilizações, os exercícios respiratórios e a prevenção de complicações decorrentes da imobilidade.

Por esses motivos listados acima, podemos considerar que a intervenção fisioterapêutica precisa ser contínua, individualizada de acordo com a fase, limitações avaliadas e objetivos dentro da realidade de cada paciente, sendo articulada também com a presença de uma equipe multiprofissional para que o mesmo tenha uma melhor qualidade de vida e conviva com a doença de uma forma mais tranquila.

5. CONCLUSÃO

Conclui-se que as abordagens fisioterapêuticas identificadas na literatura podem contribuir para o cuidado da pessoa idosa com DA, pois auxilia na preservação da mobilidade, do equilíbrio, da funcionalidade e da qualidade de vida. Embora não seja capaz de interromper a evolução da doença, sua atuação pode reduzir impactos motores e funcionais, contribuir para a prevenção de quedas, favorecer a manutenção da independência possível e diminuir complicações associadas à imobilidade.

As abordagens mais citadas na literatura incluem exercícios terapêuticos, fortalecimento muscular, treino de equilíbrio, treino de marcha, atividades de dupla tarefa, estimulação cognitivo-motora, orientação aos cuidadores e reabilitação multidisciplinar. Dessa maneira, recomenda-se que o tratamento seja planejado de forma individualizada, contínua e compatível com o estágio da doença, considerando as necessidades do idoso, a segurança durante as atividades, o vínculo terapêutico e a participação da família no cuidado.

REFERÊNCIAS

AVINTE, I. M. A.; LIVRAMENTO, R. A. Fisioterapia no tratamento da doença de Alzheimer: revisão de literatura. **Revista Fisioterapia & Terapia Ocupacional**, v. 27, n. 128, 2023. Disponível em: revistافت.com.br/fisioterapia-no-tratamento-da-doencade-alzheimer-revisao-de-literatura. Acesso em: 28 abr. 2025.

GONÇALVES, R. C. et al. Influência da fisioterapia na qualidade de vida de idosos com Alzheimer: revisão integrativa. **Revista de Saúde - RSF**, v. 10, n. 1, 2024. Disponível em: ojs.uniceplac.edu.br/index.php/rsf/article/view/92. Acesso em: 28 abr. 2025.

KAMADA, Márcio et al. Correlação entre exercício físico e qualidade de vida em pacientes com doença de Alzheimer. *Revista da Sociedade Brasileira de Clínica Médica*, v. 16, n. 2, p. 119-122, 2018. Disponível em: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2018/09/913374/162119-122.pdf>. Acesso em: 08 jul. 2026.

LEAL, M. S. et al. Atuação da fisioterapia no comprometimento do equilíbrio em idosos com Alzheimer. **Revista da Universidade Ibirapuera**, n. 14, p. 45-52, 2017. Disponível em: www.ibirapuera.br/seer/index.php/rev/article/view/115. Acesso em: 28 abr. 2025.

MAFRA, Z. J. Eficácia da reabilitação neurocognitiva na melhoria e manutenção das atividades de vida diária em pacientes com doença de Alzheimer: uma revisão sistemática da literatura. **Acta Fisiátrica**, v. 31, supl. 1, p. 45-52, 2024. Disponível em: www.revistas.usp.br/actafisiatrica/article/view/225066. Acesso em: 28 abr. 2025.

MARTINS, M. M. et al. Efetividade de uma intervenção fisioterapêutica cognitivomotora em idosos institucionalizados com comprometimento cognitivo leve e demência leve. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 21, n. 11, p. 3459-3467, 2016. Disponível em: www.scielo.org/article/csc/2016.v21n11/3459-3467/pt/. Acesso em: 28 abr. 2025.

OLIVEIRA, T. L. S. Atuação fisioterapêutica no mal de Alzheimer: uma revisão da literatura. **Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento**, ano 6, ed. 12, v. 8, p. 168-175, 2021. Disponível em: <https://www.nucleodoconhecimento.com.br/saude/fisioterapeutica>. Acesso em: 28 abr. 2025.

SILVA, K. G. et al. Perfil da fisioterapia na reabilitação de indivíduos com doença de Alzheimer: um estudo transversal. **Fisioterapia em Pesquisa**, v. 29, n. 4, p. 400-407, 2022. Disponível em: www.scielo.br/j/fp/a/Ntvzv9WXqNWyWZ58kNgGfTk. Acesso em: 28 abr. 2025.

SOUZA, M. C. et al. Tratamentos não farmacológicos que melhoram a qualidade de vida de idosos com doença de Alzheimer: uma revisão sistemática. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 65, n. 4, p. 280-287, 2016. Disponível em: www.scielo.br/j/jbpsiq/a/JfTFw7sN8ZrBQpj58LVffYN. Acesso em: 28 abr. 2025.

SANTOS, R. O. et al. Fatores de risco modificáveis nas demências: evidências atuais para prevenção e redução da carga global da doença. **Revista Tópicos**, Disponível em: https://revistatopicos.com.br/generate/pdf_zenodo/pub_785285648.pdf. Acesso em: 20 ago. 2026.

HIRAMI, G. A.; ADAMOWSKI, E. V. Estudo epidemiológico da doença de Alzheimer no Brasil entre 2019 a 2024. **Brazilian Journal of Health Review**, 2025. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/82573/56548>. Acesso em: 20 abr. 2026.

MADUREIRA, G. M. et al. Efeitos de programas de reabilitação multidisciplinar no tratamento de pacientes com doença de Alzheimer: uma revisão sistemática. **Cadernos de Saúde Coletiva**, v. 25, n. 4, p. 475-485, 2017. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/cadsc/a/f5HGg8NjBHMxZ3njY9dTZnJ/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 28 abr. 2025.

ZIDAN, M. et al. Alterações motoras e funcionais em diferentes estágios da doença de Alzheimer. **Revista de Psiquiatria Clínica**, v. 39, n. 5, p. 161-165, 2012. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rpc/a/qJgc5cdK6PCXfKgSM9dFrMk/?lang=pt>. Acesso em: 28 abr. 2025.