

CAPACIDADE FUNCIONAL DO IDOSO: perspectivas e intervenções multidisciplinares

Eleusa de Faria Rocha¹
Érica de Jesus Barbosa²
Júlia do Rosário Caires Lima³
Letícia Pereira Neves Brito⁴
Lorena Leite Alves Maciel⁵
Adriana da Silva Miranda⁶

RESUMO

O envelhecimento populacional tem ampliado a necessidade de compreender os fatores que influenciam a capacidade funcional dos idosos, uma vez que essa condição está diretamente relacionada à autonomia, independência e qualidade de vida. Este estudo tem como objetivo identificar o nível de independência dos idosos na realização das ABVD's e AIVD's, por meio da promoção, prevenção e Reabilitação da saúde na melhoria do desenvolvimento funcional. Trata-se de uma Revisão Integrativa de Literatura com abrangência temporal entre os anos de 2015 e 2025, na Google Acadêmico a partir dos descritores: atividades cotidianas, envelhecimento, limitação da mobilidade, promoção da saúde e saúde do idoso. Os resultados demonstraram que a capacidade funcional é um fenômeno multifatorial, influenciado por fatores como nível de atividade física, estado nutricional, presença de doenças crônicas, suporte social e condições ambientais. Observou-se que intervenções multiprofissionais envolvendo enfermagem, fisioterapia, odontologia, nutrição e educação em saúde são essenciais para prevenir o declínio funcional e promover o envelhecimento ativo. Além disso, programas de exercícios supervisionados, avaliação nutricional contínua, prevenção de quedas e acompanhamento psicológico mostraram impacto positivo na manutenção da autonomia e na redução da fragilidade. As evidências reforçam a importância de estratégias integradas na atenção à saúde da pessoa idosa, bem como a necessidade de políticas públicas eficazes que priorizem a prevenção e o cuidado contínuo. Conclui-se que a promoção da capacidade funcional depende de uma abordagem interdisciplinar e de ações sistematizadas que considerem o idoso em sua integralidade.

Palavras chave: Atividades Cotidianas. Envelhecimento. Limitação da mobilidade. Promoção da Saúde. Saúde do Idoso.

¹ Eleusa de Faria Rocha Discente do curso de Enfermagem do Centro Universitário de Excelência (UNEX/VCA), e-mail: eleusa.rocha@aluno.unex.edu.br.

² Érica de Jesus Barbosa Discente do curso de Fisioterapia do Centro Universitário de Excelência (UNEX/VCA), e-mail: jeesus.barbosa1@aluno.unex.edu.br.

³ Júlia do Rosário Caires Lima Discente do curso de Odontologia do Centro Universitário de Excelência (UNEX/VCA), e-mail: julia.lima1@aluno.unex.edu.br.

⁴ Letícia Pereira Neves Brito Discente do curso de Nutrição do Centro Universitário de Excelência (UNEX/VCA), e-mail: neves.brito@alunounex.edu.br.

⁵ Lorena Leite Alves Maciel Discente do curso de Educação Física do Centro Universitário de Excelência (UNEX/VCA), e-mail: lorena.maciel@alunounex.edu.br.

⁶ Adriana da Silva Miranda Professor(a) Orientador(a) do Centro Universitário de Excelência (UNEX/VCA), e-mail:

ABSTRACT

Population aging has increased the need to understand the factors that influence the functional capacity of older adults, since this condition is directly related to autonomy, independence, and quality of life. This study aims to identify the level of independence of older adults in performing ADLs (Activities of Daily Living) and IADLs (Instrumental Activities of Daily Living), through health promotion, prevention, and rehabilitation to improve functional development. This is an Integrative Literature Review covering the years 2015 to 2025, using the Google Scholar with the descriptors: activities of daily living, aging, mobility limitations, health promotion, and older adult health. The results demonstrated that functional capacity is a multifactorial phenomenon, influenced by factors such as level of physical activity, nutritional status, presence of chronic diseases, social support, and environmental conditions. It was observed that multidisciplinary interventions involving nursing, physiotherapy, dentistry, nutrition, and health education are essential to prevent functional decline and promote active aging. Furthermore, supervised exercise programs, ongoing nutritional assessment, fall prevention, and psychological support have shown a positive impact on maintaining autonomy and reducing frailty. The evidence reinforces the importance of integrated strategies in the health care of older adults, as well as the need for effective public policies that prioritize prevention and continuous care. It is concluded that promoting functional capacity depends on an interdisciplinary approach and systematized actions that consider the older adult in their entirety.

Keywords: Activities of Daily Living. Aging. Mobility Limitation. Health Promotion. Elderly Health.

1 INTRODUÇÃO

A capacidade funcional é definida como a habilidade do indivíduo de realizar, de maneira independente, atividades básicas e instrumentais da vida diária, refletindo sua autonomia, mobilidade, cognição e interação com o ambiente. Esse conceito é fundamental para avaliar o estado de saúde do idoso, pois integra dimensões físicas, psicológicas e sociais, permitindo identificar precocemente declínios e direcionar intervenções preventivas e reabilitadoras. Diante desse cenário, ganha relevância o crescimento acelerado da população idosa, um fenômeno global que, no Brasil, tem apresentado ritmo particularmente intenso. De acordo com o Censo do IBGE realizado em 2022, a população idosa brasileira aumentou 57,4% em um período de doze anos, alcançando 32,1 milhões de pessoas, o que corresponde a 15,8% da população total do país (Brasil, 2022). Tal expansão resulta dos avanços na área da saúde e da redução das taxas de natalidade, levando a uma maior expectativa de vida e a mudanças demográficas profundas, mais

rápidas do que as observadas em muitos países desenvolvidos. Esse processo envolve transformações biológicas, psicológicas e sociais que se manifestam de forma singular em cada pessoa, influenciadas por fatores genéticos, ambientais, comportamentais e pelas condições de saúde ao longo da vida (Dias *et al.*, 2021).

O envelhecimento acarreta mudanças fisiológicas graduais que impactam diretamente a funcionalidade, como redução da força muscular, do equilíbrio, da resistência cardiorrespiratória e da acuidade visual, podendo comprometer a execução das atividades cotidianas e favorecer a dependência funcional (Santos *et al.*, 2020). Esse declínio é frequentemente agravado pela presença de doenças crônicas, condições nutricionais inadequadas e limitações físicas, aumentando a necessidade de cuidados contínuos, muitas vezes prestados por familiares (Leite *et al.*, 2020). A avaliação da capacidade funcional, portanto, torna-se central na compreensão das necessidades do idoso, abrangendo tanto as Atividades Básicas da Vida Diária (ABVD) como higiene pessoal, mobilidade e alimentação, quanto as Atividades Instrumentais da Vida Diária (AIVD), que envolvem tarefas mais complexas, como preparo de refeições, administração de medicamentos, organização financeira e uso de transporte. A funcionalidade, enquanto fenômeno dinâmico, depende de múltiplos fatores e está intimamente relacionada ao estado nutricional, ao estilo de vida e às condições clínicas, exigindo intervenções integradas e contínuas (Wanderley *et al.*, 2023).

Nesse contexto, a atuação multiprofissional apresenta-se como estratégia fundamental para a manutenção e promoção da capacidade funcional dos idosos. Cada área da saúde contribui de maneira específica e complementar para o envelhecimento saudável. A Educação Física exerce papel essencial ao desenvolver programas de exercícios que fortalecem a musculatura, aprimoram o equilíbrio, a flexibilidade e a resistência cardiorrespiratória, reduzindo o risco de quedas e prevenindo incapacidades. A Fisioterapia atua na reabilitação de disfunções musculoesqueléticas, respiratórias e neurológicas, restaurando habilidades motoras e retardando declínios progressivos. A Enfermagem destaca-se pela avaliação integral do idoso, vigilância de quadros crônicos, manejo medicamentoso, prevenção de agravos e educação em saúde, elementos indispensáveis para garantir segurança, autonomia e continuidade do cuidado. A Nutrição exerce influência direta no desempenho funcional, visto que o estado nutricional modula a força muscular, a imunidade, a sarcopenia e outras condições que interferem na autonomia, sendo imprescindível para a prevenção da fragilidade. Já a Odontologia desempenha papel determinante na mastigação, na comunicação e no bem-estar geral, uma vez que a saúde

bucal adequada contribui para a nutrição, evita infecções, reduz desconfortos e favorece a autoestima, impactando diretamente a funcionalidade global.

Considerando as evidências que relacionam envelhecimento, capacidade funcional e qualidade de vida, torna-se imprescindível compreender como a atuação articulada entre diferentes profissionais da saúde contribui para a preservação da autonomia dos idosos. Dessa forma, o presente estudo tem como objetivo identificar o nível de independência dos idosos na realização das ABVD e AIVD, analisando a contribuição multiprofissional nas ações de promoção, prevenção e reabilitação da saúde. Assim, apresenta-se como pergunta norteadora: Como a atuação multiprofissional de educadores físicos, fisioterapeutas, enfermeiros, nutricionistas e cirurgiões-dentistas contribui para a manutenção e a melhora da capacidade funcional de idosos, promovendo autonomia e qualidade de vida?

2 METODOLOGIA

Trata-se de um artigo de Revisão Integrativa da Literatura, que, como descrito por Souza (2010), a revisão integrativa estabelece a compreensão vigente sobre um tema determinado, uma vez que é realizada para localizar, examinar e agrupar os achados de pesquisas autônomas relacionadas ao mesmo tópico, o que pode, assim, levar a uma melhoria na qualidade dos atendimentos oferecidos ao paciente.

O propósito deste estudo foi identificar, examinar e consolidar os principais artigos relacionados à capacidade funcional dos idosos, destacando a importância de uma abordagem multidisciplinar no cuidado a esse grupo etário. Para a elaboração da revisão, foi feita uma pesquisa de artigos na ferramenta Google Acadêmico. A estratégia de busca incluiu os termos dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): “Atividades Cotidianas”, “Envelhecimento”, “Limitação da mobilidade”, “Promoção da Saúde” e “Saúde do Idoso”, interligados pelos operadores booleanos AND.

A coleta e estruturação dos dados foi feita através da estratégia PIO, um acrônimo utilizado no qual é o P: população; I: fenômeno; O: resultados. Essa estratégia foi utilizada com a finalidade de gerenciar a análise das pesquisas e evitar buscas desnecessárias.

Quadro 1 - Estratégia de PIO e a pergunta norteadora aplicada na pesquisa.

Acrônimo	Definição	Descrição
P	População	Idosos (≥ 60 anos de idade).

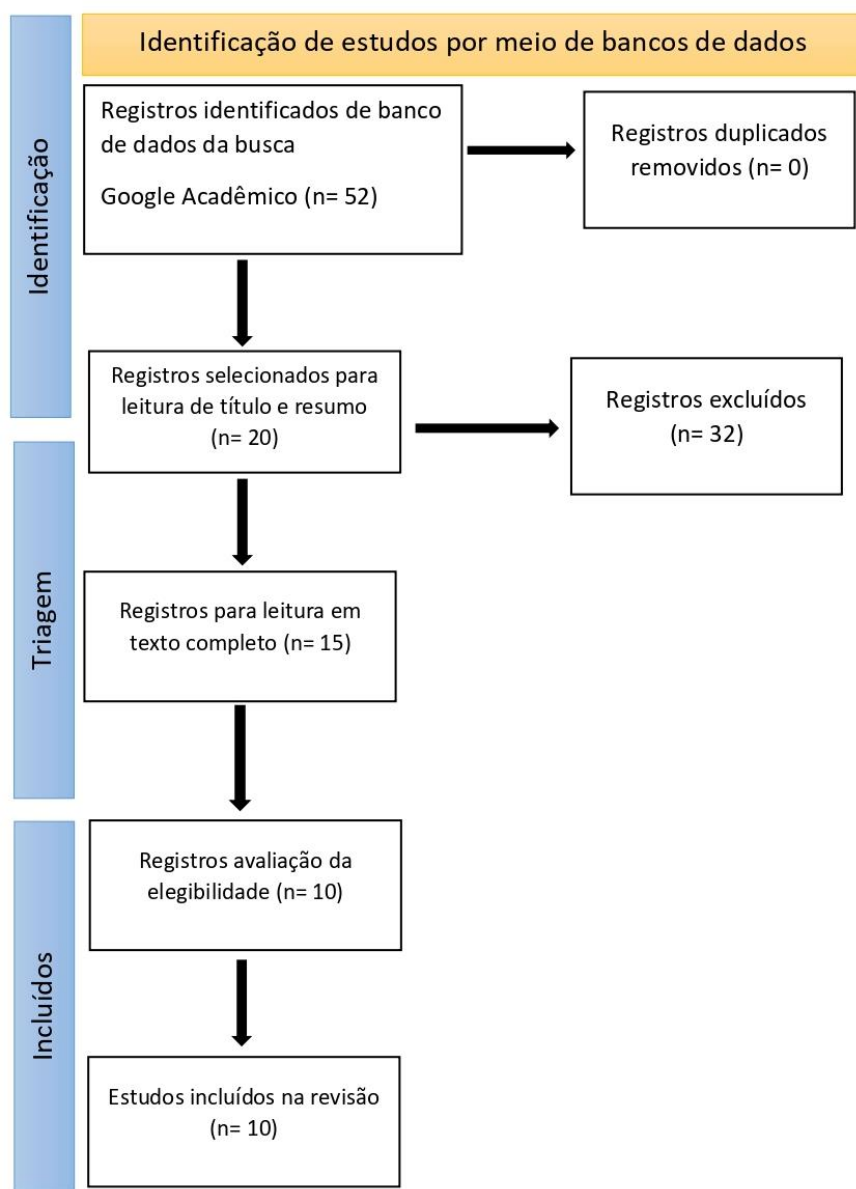
I	Fenômeno	Atuação multiprofissional/ intervenção de diferentes áreas da saúde.
O	Resultados	Melhoria na capacidade funcional do idoso/ qualidade de vida do idoso.
Pergunta norteadora:		Como a atuação multiprofissional de educadores físicos, fisioterapeutas, enfermeiros, nutricionistas e cirurgiões-dentistas contribui para a manutenção e melhora da capacidade funcional de idosos, promovendo autonomia e qualidade de vida?

Fonte: Autoria própria, 2025.

Os critérios para inclusão foram: artigos disponíveis em português, entre os anos de 2015 e 2025, sendo estudos primários como ensaios clínicos, estudos de coorte, pesquisas transversais e qualitativas e revisões de literatura. O processo de busca e seleção dos artigos teve início em agosto de 2025 e estendeu-se até setembro do mesmo ano. Foram excluídos os textos que não estavam disponíveis por completo e aqueles que não abordavam diretamente a funcionalidade dos idosos ou as intervenções multidisciplinares.

O processo de seleção consistiu em duas fases: a primeira envolveu a triagem de títulos e resumos para uma exclusão inicial, seguida pela leitura total dos textos que atendiam aos critérios de elegibilidade e a pergunta norteadora vigente. Depois dessa fase, os estudos escolhidos foram incorporados à revisão (Figura 1).

Figura 01- Fluxograma modelo PRISMA, seleção e identificação dos estudos na base de dados.



Fonte: Autoria própria, 2025.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram selecionados 15 estudos que foram revisados de forma minuciosa dada a relevância com a temática principal abordada. Finalizada essa etapa, foi constatado que 10 estudos abarcavam o interesse da pesquisa para a formulação da discussão a seguir. Desse modo, os resultados foram expostos e organizados através da pergunta norteadora aplicada, como demonstra o Quadro 2.

Quadro 2 – Estruturação das pesquisadas apresentadas de acordo ao autor e ano, periódico, identificação do estudo, objetivo e resultados obtidos através da pergunta norteadora, 2025.

Autoria/Ano	Periódico	Tipo de Estudo	Objetivo	Principais Resultados
-------------	-----------	----------------	----------	-----------------------

Bennett <i>et al.</i> (2018)	Revista de Enfermag em	Revisão Integrativa	Apresentar técnicas e instrumentos usados em idosos com o intuito de melhorar o equilíbrio e a postura.	Profissionais que atuam na saúde dos idosos na atenção básica, por meio de instrumentos e técnicas promoveram a autonomia e capacidade funcional do idoso.
Galvão <i>et al.</i> (2019)	Revista Pesquisa em Fisioterapia	Ensaio clínico	Testar a hipótese de que o treinamento funcional melhora a capacidade de realização das AVD e a capacidade funcional de idosos sedentários.	O programa de treinamento funcional aplicado aos idosos da UATI promoveu melhora significativa na capacidade funcional e na realização das atividades da vida diária. O estudo demonstra que a intervenção estruturada em força, equilíbrio e mobilidade, conduzida por profissionais de educação física, contribui diretamente para aumentar a autonomia e a qualidade de vida dos idosos, evidenciando o impacto positivo de programas de exercício físico adaptados nessa população.
Honorato <i>et al.</i> (2022)	Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação – REASE.	Revisão Integrativa	Evidenciar através de uma revisão de literatura verificar as alterações funcionais e de mobilidade em indivíduos idosos.	O fisioterapeuta tem um papel importante na intervenção dos distúrbios funcionais sensoriais e motores, afetando o controle do movimento, locomoção e função cognitiva, que acarreta no comprometimento da funcionalidade do idoso.
Koga <i>et al.</i> (2024)	Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia	Estudo caso-controle	Investigar a relação entre o aumento da dependência funcional e a deterioração da qualidade de vida relacionada à saúde bucal (QVRSB) em pessoas idosas decorridos 15 anos.	A saúde bucal dos idosos está diretamente relacionada à dependência funcional e à qualidade de vida. O estudo demonstrou que idosos com pior condição bucal apresentaram maior dependência nas atividades de vida diária e menor qualidade de vida relacionada à saúde. Dessa forma, a atuação do cirurgião-dentista na manutenção da saúde oral contribui para preservar a autonomia funcional e melhorar a qualidade de vida dos idosos.
Lopes <i>et al.</i> (2022)	Revista Diálogo em Saúde	Revisão Integrativa	Analisar a importância da prevenção de quedas dos idosos e a prevenção dada pela contribuição do fisioterapeuta.	Destaca-se o papel do fisioterapeuta na elaboração e supervisão de exercícios que pratica o aumento da força muscular a fim de prevenir quedas dos idosos.
Machado <i>et al.</i> (2014)	Revista Eletrônica Gestão e Saúde	Pesquisa exploratória e descritiva com abordagem quantitativa.	Avaliar a capacidade funcional dos idosos atendido em uma unidade dia, do modo a identificar o perfil de cada um, frente as limitações no desempenho das atividades básicas diárias.	Atuação multidisciplinar e interdisciplinar com intuito de manter a autonomia dos idosos no cuidado do envelhecimento ativo e no apoio a família e cuidadores.

Machado <i>et al.</i> (2024)	Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação - REASE	Estudo descritivo e qualitativo.	Avaliar o nível de independência do idoso, assim como os riscos de queda.	A atuação de uma abordagem multiprofissional especializada em longevidade, dando ênfase no papel do enfermeiro no cuidado de alta qualidade e humanizado. Sendo este profissional, portanto, capaz de identificar cuidados necessários no alívio de dores e segurança, por aquisição de materiais, para uma possível autonomia.
Moser <i>et al.</i> (2021)	Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia	Estudo transversal	Analisar a relação entre a capacidade funcional, o estado nutricional e as variáveis sociodemográficas de idosos residentes em instituições de longa permanência.	O nutricionista desempenha papel fundamental na manutenção e melhora da capacidade funcional dos idosos, pois o estudo demonstrou que um bom estado nutricional está diretamente associado à maior independência nas atividades diárias. Assim, ao avaliar e corrigir deficiências nutricionais, o nutricionista contribui para preservar a força, a energia e a autonomia do idoso, promovendo melhor qualidade de vida.
Silva <i>et al.</i> (2019)	Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia	Estudo epidemiológico de caráter transversal e analítico.	Avaliar a capacidade funcional dos idosos e a sua mobilidade, diante o enfoque sociodemográfico e as circunstâncias de saúde no atendimento primário.	A atuação multi e interprofissional para o cuidado integral da saúde do idoso, por meio de ações de promoção e prevenção de saúde. Torna-se indispensável para sua funcionalidade de forma avaliar sua mobilidade.
Wanderley <i>et al.</i> (2023)	Cadernos Saúde Coletiva	Estudo transversal	Identificar relações entre massa e força muscular com o estado nutricional e a capacidade funcional em idosos da comunidade.	O estado nutricional dos idosos está diretamente associado à capacidade funcional, pois massa magra e força muscular mediam essa relação. Assim, a atuação do nutricionista, ao avaliar e manter uma nutrição adequada, contribui para preservar a força, a autonomia e a qualidade de vida dos idosos.

Fonte: Autoria própria

A análise dos estudos selecionados demonstra de forma consistente que a capacidade funcional e o estado nutricional são fatores interdependentes e determinantes para a qualidade de vida da população idosa. De acordo com Wanderley *et al.* (2023), o declínio funcional está fortemente associado à piora do estado nutricional, sendo esse um indicativo de fragilidade e dependência progressiva nas atividades da vida diária. O estudo mostra que a preservação da autonomia funcional depende não apenas da manutenção da força muscular, mas também de uma alimentação equilibrada, rica em proteínas, micronutrientes e adequada ingestão calórica. Essa perspectiva evidencia que o envelhecimento saudável exige uma abordagem multidimensional que envolva o cuidado físico, nutricional e psicossocial.

De modo semelhante, Silva *et al.* (2019) observaram que a funcionalidade e a mobilidade são aspectos centrais para a independência dos idosos comunitários atendidos na Atenção Primária à Saúde. Os autores identificaram que o declínio dessas capacidades está diretamente relacionado à sarcopenia, à obesidade e à redução da resistência muscular, condições que impactam a realização das atividades diárias e aumentam o risco de quedas. Esse achado reforça a importância das políticas públicas voltadas à promoção da atividade física regular e da nutrição adequada, especialmente no contexto do Sistema Único de Saúde (SUS), onde a atenção preventiva tem papel fundamental.

No estudo de Moser *et al.* (2021), foi destacada a relevância das variáveis sociodemográficas na relação entre funcionalidade e nutrição. Os autores demonstraram que idosos institucionalizados apresentam maior risco de declínio funcional devido ao isolamento social, à inatividade física e à monotonia alimentar. A desnutrição e a baixa reserva muscular foram associadas a um aumento nas limitações físicas e à maior suscetibilidade a doenças crônicas. Esse contexto mostra que o ambiente institucional pode ser tanto um espaço de cuidado quanto de vulnerabilidade, dependendo da qualidade da assistência multidisciplinar oferecida.

Machado *et al.* (2024), ao estudarem a prevenção de quedas intradomiciliares, enfatizaram a importância do enfermeiro como agente de segurança e promotor de autocuidado. A atuação do profissional de enfermagem é essencial para identificar riscos no ambiente doméstico, orientar a família e implementar medidas de prevenção, como o uso de barras de apoio, iluminação adequada e a eliminação de obstáculos. Além disso, o acompanhamento contínuo permite a detecção precoce de alterações na marcha e no equilíbrio, fatores cruciais na prevenção de acidentes.

Machado *et al.* (2014) complementaram essa visão ao mostrarem que atividades de reabilitação voltadas às atividades da vida diária podem restaurar parte da autonomia perdida. O engajamento do idoso em tarefas simples como o autocuidado, o preparo de refeições e a prática de exercícios leves contribui não apenas para o fortalecimento muscular, mas também para o resgate da autoestima e da sensação de utilidade social. Esses resultados sugerem que o estímulo à participação ativa é uma estratégia terapêutica e preventiva eficaz contra o isolamento e a dependência.

A relevância da fisioterapia na prevenção de quedas é reforçada por Lopes *et al.* (2022), que destacaram que o treinamento do equilíbrio e o fortalecimento muscular reduzem significativamente a incidência de acidentes entre idosos. O trabalho

fisioterapêutico, quando associado ao acompanhamento nutricional e médico, promove ganhos funcionais duradouros e melhora a qualidade de vida. Galvão *et al.* (2019) confirmaram essa tendência ao demonstrarem que programas de treinamento funcional supervisionado resultam em avanços expressivos na autonomia e no desempenho físico, permitindo que o idoso mantenha sua independência por mais tempo.

Esses achados dialogam diretamente com os resultados de Koga *et al.* (2024), que abordaram a relação entre dependência funcional e qualidade de vida bucal. O estudo revelou que idosos com limitações motoras tendem a negligenciar a higiene oral e a frequentar menos os serviços odontológicos, o que gera um ciclo de comprometimento da saúde geral. A perda da capacidade de mastigar adequadamente compromete o estado nutricional e, conseqüentemente, a capacidade funcional, o que evidencia uma interdependência entre os sistemas corporais e reforçando a necessidade de uma abordagem integral e interdisciplinar no cuidado geriátrico.

Honorato *et al.* (2022) também destacaram que as alterações de mobilidade observadas em idosos institucionalizados estão associadas a déficits cognitivos, emocionais e psicossociais. Esses autores enfatizam que a perda funcional não se limita ao corpo, mas atinge dimensões psicológicas profundas, reduzindo a autoestima e a motivação para a reabilitação. Dessa forma, a funcionalidade é compreendida como um marcador de bem-estar e de saúde integral, cuja preservação depende da integração de fatores físicos, nutricionais, cognitivos e afetivos.

Bennett *et al.* (2018) corroboraram esse entendimento ao demonstrar que programas de intervenção voltados ao equilíbrio e ao controle postural resultam em ganhos significativos na autonomia dos idosos. Os autores enfatizaram que a prevenção de quedas deve ser uma prioridade nos serviços de saúde, sobretudo por meio de ações educativas e programas de reabilitação precoce. A ênfase na educação em saúde é crucial, pois o conhecimento sobre autocuidado, nutrição e prática segura de atividades diárias reduz substancialmente os riscos de incapacidade e dependência.

A convergência entre os resultados dos estudos sugere que a capacidade funcional, o estado nutricional e o equilíbrio físico são determinantes interligados para o envelhecimento saudável. Caçador *et al.* (2021) afirmaram que intervenções multiprofissionais, que envolvem fisioterapeutas, nutricionistas e enfermeiros, resultam em melhoras expressivas na força muscular, na mobilidade e na autonomia dos idosos. Essa

abordagem integrada é fundamental, pois o envelhecimento é um fenômeno multifatorial, exigindo estratégias conjuntas de prevenção e tratamento.

Mugica-Errazqui *et al.* (2021) reforçaram esse ponto ao afirmarem que o declínio funcional é um dos primeiros sinais de fragilidade, antecedendo muitas vezes o surgimento de doenças crônicas. Dessa forma, a avaliação funcional deve ser incorporada de maneira sistemática nas consultas de rotina, permitindo a detecção precoce de alterações e a implementação de medidas preventivas. A literatura mostrou que, quando o cuidado é centrado na funcionalidade, há redução expressiva nas internações hospitalares e nos índices de morbimortalidade entre idosos.

Sugiura *et al.* (2016) também corroboraram esses achados ao observarem que o estado nutricional adequado influencia diretamente o desempenho funcional, a cognição e o bem-estar geral. O estudo ressalta que a alimentação equilibrada, aliada à prática de exercícios físicos e ao acompanhamento clínico, constitui a base para o envelhecimento ativo e saudável. Essa inter-relação reforça a tese de que o envelhecimento não deve ser visto como um processo de declínio inevitável, mas como uma fase que pode ser vivida com vitalidade e independência, desde que haja suporte e intervenções adequadas.

Em síntese, a manutenção da capacidade funcional e do estado nutricional é essencial para a autonomia, a qualidade de vida e a prevenção da fragilidade entre os idosos. O cuidado integral deve abranger a promoção de hábitos alimentares saudáveis, a prática regular de atividades físicas, a prevenção de quedas e o estímulo ao convívio social. O envolvimento de equipes multiprofissionais é indispensável para o alcance desses objetivos, pois permite uma visão holística do idoso, considerando suas dimensões biológicas, psicológicas e sociais.

É evidente a necessidade de fortalecimento das políticas públicas voltadas à atenção integral à saúde da pessoa idosa. O envelhecimento populacional no Brasil demanda estratégias sustentáveis de cuidado, com ênfase na promoção da saúde e na prevenção da incapacidade. Investir em programas de reabilitação, acompanhamento nutricional e educação para o autocuidado é investir na autonomia e na dignidade do idoso. Como mostram as evidências, envelhecer com qualidade depende não apenas de tempo, mas da construção de um ambiente social e de saúde que valorize a funcionalidade, a nutrição e o bem-estar em todas as suas dimensões.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estudo evidenciou que a capacidade funcional dos idosos é um indicador essencial para a qualidade de vida e para a manutenção da autonomia, sendo influenciada por múltiplos fatores, especialmente o estado nutricional, o nível de atividade física, a saúde bucal, o suporte psicossocial e a prevenção de quedas. A partir da análise dos estudos selecionados, fica evidente que o envelhecimento saudável exige uma abordagem global, contínua e interdisciplinar, na qual diferentes profissionais da saúde atuam de forma integrada para promover, prevenir e reabilitar a funcionalidade.

As evidências demonstraram que intervenções estruturadas, como programas de exercícios físicos supervisionados, avaliações nutricionais periódicas, ações preventivas de enfermagem, acompanhamento fisioterapêutico e cuidados odontológicos regulares, contribuem de maneira significativa para reduzir o risco de fragilidade, melhorar a mobilidade e garantir maior independência nas atividades básicas e instrumentais da vida diária. Dessa forma, a interdisciplinaridade se confirma como uma estratégia indispensável no cuidado à pessoa idosa, favorecendo a integralidade da assistência e a promoção de um envelhecimento mais ativo e saudável.

REFERÊNCIAS

BENNETT, J. R. D. O. *et al.* Avaliação e Intervenção do Equilíbrio em Idosos. **Revista de Enfermagem**, v. 12, n. 9, p. 2479-99, set. 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.5205/1981-8963-v12i9a234724p2479-2499-2018>. Acesso em: 23 out. 2025.

BRASIL. Governo Federal. **Crescimento da população idosa brasileira expõe urgência de políticas públicas para combater violações e desigualdades**. jun. 2024. Disponível em: <https://www.gov.br/mdh/ptbr/assuntos/noticias/2024/junho/crescimento-da-populacao-idosa-brasileira-expoe-urgencia-de-politicas-publicas-para-combater-violacoes-e-desigualdades>. Acesso em: 9 out. 2025.

CAÇADOR, C. *et al.* The relationship between nutritional status and functional capacity: a contribution study in institutionalised Portuguese older adults. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 18, n. 7, p. 3789, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.3390/ijerph18073789>. Acesso em: 9 out. 2025.

DIAS, F. S. S. *et al.* Avaliação da capacidade funcional dos idosos residentes em uma instituição de longa permanência. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 13, n. 2, p. e6361, 24 fev. 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.25248/reas.e6361.2021>. Acesso em: 9 out. 2025.

GALVÃO, D. G. *et al.* Efeitos de um programa de treinamento funcional nas atividades da

vida diária e capacidade funcional de idosos da UATI: um ensaio clínico. **Revista Pesquisa em Fisioterapia**, Salvador, Brazil, v. 9, n. 2, p. 227–236, 2019. DOI:10.17267/2238-2704rpf.v9i2.2336. Disponível em: <https://www5.bahiana.edu.br/index.php/fisioterapia/article/view/2336>. Acesso em: 24 out. 2025.

HONORATO, M. F. J. *et al.* Alterações Funcionais e de Mobilidade de Idosos Institucionalizados: Revisão de Literatura. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação – REASE**, v. 8 n. 10, 23 nov. 2022. Disponível em: [. Acesso em: 23 out. 2025.

KOGA, R. S. *et al.* Dependência funcional e qualidade de vida relacionada à saúde bucal em uma coorte de 15 anos com pessoas idosas: um estudo caso-controle. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 27, p. e230268, 2024. DOI: 10.1590/1981-22562024027.230268. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbagg/a/cwhfcXcF73BVn3QcgnqGPPS/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 23 out. 2025.

LEITE, A. K. *et al.* Capacidade funcional do idoso institucionalizado avaliado pelo KATZ: Functional capacity of the institutionalized elderly evaluated by the KATZ. **Revista Enfermagem Atual In Derme**, [S. l.], v. 91, n. 29, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.31011/reaid-2020-v.91-n.29-art.640>. Acesso em: 9 out. 2025.

LOPES, R. B; Andrade, H. M. C. O. Papel da Fisioterapia na Prevenção de Quedas: uma Revisão Integrativa. **Revista Diálogo em Saúde**, v. 5, n. 1, p. 311, 2022. Disponível em: <https://periodicos.iesp.edu.br/dialogosemsaude/article/view/542>. Acesso em: 23 out. 2025.

MACHADO, B. S. *et al.* Prevenção do enfermeiro em Segurança do Paciente Relacionado ao Risco de Queda Intradomiciliar em Idosos. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação – REASE**, v. 1, n.1, dez. 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.51891/rease.v1i01.17357>. Acesso em: 23 out. 2025.

MACHADO, W. C. A. *et al.* Capacidade Funcional de Idosos Usuários de Unidade Dia: Resgatando Autonomia Através das Atividades da Vida Diária. **Revista Eletrônica Gestão e Saúde**, v.5, n.5, p. 3068-86, 2014. Disponível em: <https://periodicos.unb.br/index.php/rgs/article/view/1804/1590>. Acesso em: 23 out. 2025.

MOSER, A. D; HEMBECKER, P. K; NAKATO, A. M. Relação entre capacidade funcional, estado nutricional e variáveis sociodemográficas de idosos institucionalizados. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 24, n. 5, p. e210211, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbagg/a/SwqTTRkbRSTgWnC8CZvh4Pd/?lang=pt>. Acesso em: 9 out. 2025.

MUGICA-ERRAZQUIN, I. *et al.* O estado nutricional de idosos institucionalizados de longa duração está associado ao estado funcional, desempenho físico e atividade, e fragilidade. **Nutrients**, v. 13, n. 11, p. 3716, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.3390/nu13113716>. Acesso em: 9 out. 2025.

SANTOS, C. S. *et al.* Capacidade funcional de idosos acompanhados pela fisioterapia de uma unidade de Atenção Primária à Saúde. **Revista FisiSenectus**, Chapecó, Brasil, v. 7, n. 2, p. 23–38, 2020. DOI: 10.22298/rfs.2019.v7.n2.5120. Disponível em: <https://bell.unochapeco.edu.br/revistas/index.php/fisisenectus/article/view/5120>. Acesso em: 22 out. 2025.

SILVA, L. G. C. *et al.* Avaliação da Funcionalidade e Mobilidade de Idosos Comunitários na Atenção Primária à Saúde. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, 22 mai. 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1981-22562019022.190086>. Acesso em: 23 out. 2025.

SOUZA, M. T. De. *et al.* Integrative review: what is it? How to do it?. *einstein* (São Paulo), v. 8, n. 1, p. 102–106, jan. 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/eins/a/ZQTBkVJZqcWrTT34cXLjtBx/?format=html&lang=en>. Acesso em: 9 out. 2025.

SUGIURA, Y. *et al.* Association between functional capacity decline and nutritional status based on the Nutrition Screening Initiative Checklist: a 2-year cohort study of Japanese community-dwelling elderly. **PloS One**, v. 11, n. 11, e0166037, 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0166037>. Acessado em: 9 out. 2025.

WANDERLEY, E. M. *et al.* Associação entre indicadores da capacidade funcional e do estado nutricional em idosos da comunidade: uma nova abordagem. **Cadernos Saúde Coletiva**, v. 31, n. 1, p. e31010443, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1414-462X202331010443>. Acesso em: 9 out. 2025.