**EXERCÍCIO FÍSICO EM INSTITUIÇÕES DE LONGA PERMANÊNCIA PARA IDOSOS:
UMA NORMA A SER CUMPRIDA****Physical exercise in long-term care home for elders: a norm to be accomplished**Antonio Carlos de Quadros Junior¹

ISSN: 2178-7514

Vol. 13 | Nº. 1 | Ano 2021

1

Universidade Estadual Paulista - Rio Claro, SP
ORCID 0000-0003-4936-4342**Autor de correspondência**

Antonio Carlos de Quadros Junior - profjuniorquadros@yahoo.com.br

DOI: [10.36692/v13n1-CD1](https://doi.org/10.36692/v13n1-CD1)**CARTA AO EDITOR:****A Referente ao artigo**

Felix GTS, Sousa VRM, Silva AFP, Souza MS, Freitas WMTM. A importância da assistência fisioterapêutica para a independência funcional de idosos institucionalizados em um abrigo no município de Belém – PA: um relato de experiência. Revista CPAQV, 2020;12(1):1-6, 2020.

O artigo de Felix e col.¹ ajuda a demonstrar uma situação precária nas instituições de longa permanência para idosos (ILPI) no Brasil a partir do não-cumprimento da normativa vigente.

A Resolução da Diretoria Colegiada (RDC) nº 283 da Agência Nacional de Vigilância Sanitária², de 2005 e ainda vigente, estabelece um padrão mínimo de funcionamento das ILPI. É um documento abrangente, o qual discorre sobre todo o funcionamento dessas instituições, incluindo aspectos sobre infra-estrutura, alimentação, limpeza e recursos humanos, dentro do qual há a referência à prática de atividade física. Uma vez atingidos todos esses critérios, tais instituições seriam locais com condições adequadas e dignas de se viver.

Destaco aqui os itens 4.3.8 (“Desenvolver atividades que estimulem a autonomia dos idosos”) e 4.3.9 (“Promover condições de lazer para os idosos tais como: atividades físicas, recreativas e culturais”). Exceto em situações de pesquisas científicas pontuais^{3,4,5} ou de estágio¹, raramente ocorre oferecimento permanente de atividade física. Com relação às atividades recreativas a situação parece ser similar, havendo geralmente somente as festas e bailes (geralmente beneficentes), das quais somente os idosos cognitivamente preservados é que participam.

Para cumprir especificamente o item 4.3.9, a norma estabelece que é necessário um profissional com nível superior para cada 40 idosos, cumprindo uma carga horária de 12 horas na semana. Contudo, é fácil constatar que há uma enorme dificuldade da instituição em oferecer seus serviços como determina a RDC 283, uma vez que elas sofrem inúmeras dificuldades financeiras, recebem pouco ou nenhum suporte de qualquer esfera governamental, e o voluntariado raramente é suficiente.

É de suma importância o oferecimento de atividade física regular por profissional qualificado, pois mais da metade dos idosos institucionalizados não pretendem iniciar prática

de atividade física, conforme levantamento realizado na maior instituição de longa permanência para idosos de Rio Claro, SP.⁴ Tal regularidade ajudaria a combater e prevenir outro grande mal presente nessas instituições: o quadro depressivo, prevalente nessa população.⁵

Diante dos inúmeros benefícios e efeitos protetivos advindos das atividades físicas e recreativas regulares, estas seriam ferramentas poderosas para a melhora da qualidade de vida dos idosos residentes nessas instituições, visando assim a prevenção, manutenção, proteção e promoção da saúde dos mesmos. Falta apenas as instituições em questão, a sociedade civil e os governos criarem as condições para tal.

REFERÊNCIAS

1 Felix GTS, Sousa VRM, Silva AFP, Souza MS, Freitas WMTM. A importância da assistência fisioterapêutica para a independência funcional de idosos institucionalizados em um abrigo no município de Belém – PA: um relato de experiência. Rev CPAQV. 2020;12(1):1-6.

2 Brasil. Resolução RDC/ANVISA nº 283/2005 – Regulamento técnico para o funcionamento das instituições de longa permanência para idosos. Diário da União. 2005.

3 Pavan FJ, Meneghel SN, Junges JR. Mulheres idosas enfrentando a institucionalização. Cad Saúde Pública. 2008;24(9):2187-90.

4 Gobbi S, Caritá L, Hirayama MS, Quadros Junior AC, Santos RF, Gobbi, LTB. Comportamento e barreiras: atividade física em idosos institucionalizados. Psic Teor e Pesq 2008;24(4):451-58.

5 Quadros Jr AC, Santos RF, Lamonato ACC, Toledo NAS, Coelho FGM, Gobbi S. Estudo do nível de atividade física, independência funcional e estado cognitivo de idosos institucionalizados: análise por gênero. Braz J Biomotricity. 2008;2(1):39-50.

OBSERVAÇÃO: Declaro que não há qualquer conflito de interesse na elaboração ou publicação desse texto por parte do autor.