

REABILITAÇÃO DA PESSOA IDOSA PÓS CIRURGIA DE FRATURA EXTRACAPSULAR DO COLO DO FÊMUR

Nara Lorrane Silva Amaro¹

Renata Sousa Nunes²

Universidade Evangélica de Goiás – UniEVANGÉLICA¹²

RESUMO

As fraturas do colo fêmur em pessoas idosas são lesões prevalentes, frequentemente resultantes de quedas e com alto impacto na funcionalidade e qualidade de vida do paciente. Constituem um grave problema na saúde pública, em virtude dos altos custos econômicos, para o tratamento e suas consequências, além da elevada taxa de morbidade e mortalidade. As diretrizes para o manejo da fratura do fêmur recomendam que as cirurgias sejam feitas o quanto antes, levando em consideração a saúde da pessoa idosa. O objetivo foi analisar os efeitos da reabilitação da pessoa idosa submetida à cirurgia por fratura extracapsular do colo do fêmur, levando em consideração os aspectos biopsicossociais e a individualidade do paciente no contexto do envelhecimento. Trata-se de um estudo do tipo Revisão Integrativa da Literatura (RIL), de natureza descritiva, com abordagem qualitativa. Com a utilização das bases de dados da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Scielo, PubMed e Scopus, com publicações entre 2020 a 2025. Os resultados indicam que a reabilitação é essencial para restaurar a mobilidade, força muscular e independência do paciente idoso, reduzindo os riscos de complicações como a perda de massa muscular, descondicionamento físico e a dependência de cuidados prolongados. Conclui-se que a reabilitação precoce e contínua é fundamental para a recuperação de pacientes idosos após fratura extracapsular do colo do fêmur, mostrando-se eficaz tanto em abordagens conservadoras quanto cirúrgicas. Esse processo não apenas acelera a recuperação funcional, mas também torna o processo mais eficiente e menos doloroso, promovendo um envelhecimento saudável e digno.

Palavras-chave: Pessoa idosa; Fratura do fêmur; Reabilitação; Cirurgia.

INTRODUÇÃO

O crescimento populacional representa um desafio significativo para os sistemas de saúde, visto que idosos estão constantemente expostos a condições que reduzem sua capacidade funcional, como fraturas de fêmur. Essas fraturas representam de 5% a 10% dos eventos ortopédicos, sendo 1% a 2% resultantes de fraturas por trauma¹. Nas últimas décadas, houve um aumento significativo nas fraturas quadrilaterais em todo o mundo, particularmente nas fraturas intracapsulares (femorais) e extracapsulares (transtrocanterianas)².

Essas fraturas representam um problema significativo de saúde pública devido aos altos custos, à complexidade do tratamento e às altas taxas de morbidade e mortalidade. A intervenção cirúrgica pré-operatória e os planos de reabilitação estruturados visam reduzir os efeitos funcionais e prevenir

complicações³. Portanto, a reabilitação pós-cirúrgica assume papel essencial na recuperação, pois contribui para a reinserção social, a restauração da função motora e a melhora da qualidade de vida. Nesse contexto, a fisioterapia é uma estratégia recomendada para prevenir complicações e potencializar a recuperação funcional, independentemente do tipo de tratamento. Assim, uma abordagem integral, considerando a cirurgia pré-operatória, a fisioterapia e o cuidado centrado no paciente, é essencial⁴.

Diante do contexto apresentado, este estudo tem como objetivo analisar os efeitos da reabilitação da pessoa idosa submetida à cirurgia por fratura extracapsular do colo do fêmur, considerando os aspectos biopsicossociais e a individualidade do paciente.

MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo do tipo Revisão Integrativa da Literatura, de natureza descritiva e o método qualitativo. A seleção das publicações foi feita nas em bases de dados: Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Scielo, PubMed e Scopus, abrangendo o período de 2020 a 2025. Os dados foram coletados por meio do cruzamento dos seguintes descritores (DesC/ MeSH): Reabilitação da pessoa idosa (OR) Rehabilitation of the elderly (AND) Pós cirurgia (OR) Post surgery (AND) Fratura extracapsular (OR) Extracapsular fracture (AND) Colo do femur (OR) Neck of the fêmur. A coleta de dados foi realizada por meio da pesquisa bibliográfica que permitiu, analisar e sintetizar os resultados de estudos. Para a análise dos dados, foi reunido todas as informações existentes durante o período da pesquisa e analisados de forma qualitativa.

RESULTADOS

A Organização Mundial da Saúde (OMS) indica que, entre 2015 e 2050, a população mundial acima de 60 anos passará de 12% para 22%, alcançando mais de 2 bilhões de pessoas, aumentando os riscos associados ao envelhecimento, principalmente, as quedas⁵. Nesse sentido, foi constatado que cerca de um terço dos brasileiros sofreram quedas, com cerca de 12% evoluíram para fraturas⁶. Os dados de internação por fratura, com 480.652 casos registrados entre 2008 e 2018, sendo

68% ocorreram em mulheres, apesar das maiores taxas de mortalidade serem entre homens com mais de 80 anos⁷.

A fratura óssea é um processo inflamatório que após a fratura gera edema, hemorragia e restrições funcionais, o que exige cuidados específicos para reabilitação e prevenção de complicações. Tais complicações pode levar à perda da mobilidade e à redução da independência para as atividades da vida diária (AVDs)⁸. Em seguida, enfatizam a importância da reabilitação física, em especial a fisioterapia, na manutenção da capacidade funcional e na restauração da autonomia⁴. Além disso, alertam para as complicações graves que podem surgir dessas fraturas, como necrose vascular, embolia pulmonar e declínio cognitivo, reforçando a importância de um tratamento adequado⁹.

Nesse cenário, o tratamento cirúrgico se destaca como principal estratégia, com a artroplastia do quadril para casos complexos ou pacientes com artrose avançada¹⁰. Em contrapartida, as fraturas menos instáveis podem ser manejadas por fixação interna com placas, parafusos ou pinos metálicos, procedimento bastante frequente¹¹. Já o tratamento conservador é recomendado e reservado para pacientes não deambuladores, paliativos e com alta cirurgia, com o manejo medicamentoso fundamental para controle da dor, prevenção de infecções e trombose venosa profunda¹².

As condutas fisioterapêuticas na internação, devem ser individualizadas, incluindo mobilizações passivas, exercícios assistidos e resistidos, além de técnicas respiratórias e de equilíbrio. A combinação de abordagens como manual, eletroterapia e crioterapia é crucial para alívio da dor e estimulação da circulação¹³. A reabilitação cinética é de suma importância, pois analisa padrões de movimento, permitindo ajustes terapêuticos mais precisos. O treino de propriocepção melhora o equilíbrio e coordenação, com exercícios de cadeia cinética aberta e fechada¹¹.

Essas práticas favorecem a recuperação física e restauram a independência¹². A fisioterapia precoce é essencial, pois pode favorecer a recuperação funcional e o retorno às atividades diárias⁸. A mobilização nas primeiras 48 horas, reduz complicações e mortalidade¹⁴. A mobilização precoce como prioridade na reabilitação de idosos com fratura de fêmur, fundamental para o

sucesso da recuperação pós-cirúrgica¹⁵. Entretanto, a recuperação não se limita ao aspecto físico, mas envolve fatores psicológicos e neurocomportamentais, como motivação, memória e humor. Uma abordagem multidisciplinar é essencial para alcançar resultados positivos⁸. Intervenções precoces, multidisciplinares e personalizadas são de suma importância para a recuperação de indivíduos deslocados submetidos à cirurgia de FF proximal, promovendo a reintegração funcional e social e uma melhor qualidade de vida¹².

CONCLUSÃO

Com embasamento em estudos científicos, observa-se que a reabilitação da pessoa idosa pós cirurgia de fratura do colo do fêmur, a abordagem fisioterapêutica estruturada e individualizada tem a capacidade de melhorar a recuperação funcional, favorecer a retomada da autonomia nas atividades diárias e diminuir a duração da internação, com capacidade de potencializar o fortalecimento da musculatura, equilíbrio e mobilidade.

Assim, conclui-se que o tratamento fisioterápico aparece como indispensável, já que atua tanto em contextos conservadores quanto cirúrgicos, acelerando a recuperação funcional e prevenindo complicações, o que reforça sua centralidade na reabilitação do paciente idoso, favorecendo um envelhecimento saudável e digno.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

¹SILVA, J.T; MORAIS FILHO, L.C. Intervenção fisioterapêutica no pós-operatório de cirurgia de colo de fêmur em idosos – uma revisão bibliográfica. **Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento**, n.6, v. 16, p. 192-204, 2024.

²CHE, YJ; QIAN, Z., CHEN, Q et al. Efeitos da terapia de reabilitação baseada na prescrição de exercícios na função motora e complicações após cirurgia de fratura de quadril em pacientes idosos. **BMC Musculoskelet Disord**, vol. 24, n.817, 2023.

³CARVALHO, Cesar Junior Aparecido et al. Recursos psicossociais do idoso para reabilitar marcha e dignidade do autocuidado após fratura de fêmur. **Revista Nursing**, vol.26, n.301, p. 9729-9735, 2023.

⁴SOFIATTI, S.L et al. A importância da fisioterapia na capacidade funcional de idosos com risco de quedas. **Revista Brasileira Militar de Ciências**, V. 7, N. 17, 2021. Disponível em: <https://rbmc.org.br/rbmc/article/view/87>. Acesso em: 17 de mar.2025.

⁵TONETO, M.A.S ET AL. Characterization of the occurrence of fractures in the elderly: na epidemiological study in a public hospital. **Cogitare Enferm**, v29: e90955, 2024.

⁶CHEN, XinxinMM et al. O treinamento de equilíbrio pode aumentar a independência de pacientes com fratura de quadril nas atividades da vida diária. **Medicine, Systematic Review and Meta-Analysis**, vol. 99, n.16, p e19641, abril de 2020.

⁷PETERLE, V.C.U. Indicators of morbidity and mortality by femur fractures in older people: a decade-long study in brazilian hospitals. **Acta Ortop Bras**, v. 28, nº 3, p.:142-8, 2020.

⁸PURUSHE, D et al. Physiotherapy Rehabilitation in elderly patients with postoperative femoral neck fracture. **Journal of medical pharmaceutical and allied sciences**, Volume 10 - Issue 6, 1243, November - December 2021.

⁹CAMPOS, R.S et al. Fratura exposta do colo do fêmur em adulto: Relato de caso e solução cirúrgica. **Rev Bras Ortop**, Vol. 58 No. 4/2023.

¹⁰HUANG, Z. et al. Improved radiographic outcomes and decreased complications rate on the femoral side can be achieved by a novel designed whole-process robotic assisted hip system for total hip arthroplasty: a prospective randomized controlled trial. **Journal of Robotic Surgery**, v. 18, n. 1, p. 79, 16 fev. 2024.

¹¹SILVA, J.T; MORAIS FILHO, L.C. Intervenção fisioterapêutica no pós-operatório de cirurgia de colo de fêmur em idosos – uma revisão bibliográfica. **Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento**, n.6, v. 16, p. 192-204, 2024.

¹²SU, S.F et al. Self-Efficacy Care Program for Older Adults Receiving Hip-Fracture Surgery. **Clin Nurs Res**. Jul; vol.30, p.6, p.911-920, 2021.

¹³GAO Y et al. Postoperative rehabilitation exercise experiences of geriatric patients with femoral neck fractures based on the perspective of medical staff: a qualitative study. **BMC Geriatr**. Aug vol. 8, n. 24, (1): 667, 2024.

¹⁴TANG, W *et al*. Effect of early rehabilitation on hospital stay and postoperative complications in elderly hip fracture patients: a prospective cohort study. **J Orthop Surg Res**, vol 20, n.84, jan, 2025.

¹⁵O'CONNOR, M.I, SWITZER, J.A. AAOS Clinical Practice Guideline Summary: Management of Hip Fractures in Older Adults. **J Am Acad Orthop Surg**, Oct vol.15, n.30, e1291-e1296, 2022.