



EL PAPEL DE LA FISIOTERAPIA DEPORTIVA EN DEPORTISTAS DE EDAD AVANZADA: UNA REVISIÓN DE LA LITERATURA

ARTÍCULO DE REVISIÓN

CARVALHO NETO, Mário Reis¹

CARVALHO NETO, Mário Reis. **El papel de la fisioterapia deportiva en deportistas de edad avanzada: una revisión de la literatura.** Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento. Año. 07, ed. 05, vol. 02, págs. 113-126. Mayo 2022. ISSN: 2448-0959, Enlace de acceso: <https://www.nucleodoconhecimento.com.br/salud/fisioterapia-deportiva>, DOI: 10.32749/nucleodoconhecimento.com.br/salud/fisioterapia-deportiva

RESUMEN

El envejecimiento de la población es un hecho que requiere la atención de todos los sectores de la sociedad. Una vez enfatizada la práctica de actividad física, emerge en este contexto la figura del deportista en la vejez y la importancia de la fisioterapia deportiva. Surge la pregunta orientadora: ¿Cómo puede ayudar la fisioterapia deportiva a los deportistas en la vejez? El objetivo general de este artículo es revisar la literatura sobre la realización de fisioterapia deportiva en deportistas de edad avanzada. La metodología escogida fue la revisión sistemática de la literatura, en la que se realizó la textura textual consultando bases de datos y otros textos relacionados con el tema en cuestión, entre los meses de agosto de 2018 y marzo de 2022 revisión basada en PEDro, MedLine, Lilacs, bases de datos Scielo. Se utilizaron las palabras clave “ancianos”, “atletas”, “fisioterapia” y sus correspondientes en inglés. Los resultados permitieron la inclusión de 09 trabajos escritos entre 2018 y 2021. Se concluyó que la importancia de la fisioterapia deportiva en deportistas senior está relacionada con la promoción de la salud y la prevención de lesiones deportivas y la rehabilitación, sabiendo que el fisioterapeuta actúa tanto en el tratamiento de deportistas y en el desarrollo de programas específicos de mejora del rendimiento físico, prevención de lesiones y rehabilitación.

Palabras clave: Fisioterapia, Deportistas, Adultos mayores.



1. INTRODUCCIÓN

Ante la pregunta orientadora: ¿Cómo puede ayudar la fisioterapia deportiva a los deportistas en la vejez? El objetivo general de este artículo es revisar la literatura sobre la realización de fisioterapia deportiva en deportistas de edad avanzada. Además del objetivo general, los específicos son: abordar el envejecimiento y el proceso de envejecimiento en deportistas sénior; presente fisioterapia deportiva; identificar la importancia de la fisioterapia deportiva en la prevención de lesiones y rehabilitación de deportistas en la vejez.

Se pueden ver, en los últimos tiempos, cambios en el perfil de la población brasileña. El número de adultos mayores crece cada vez más y esta transición demográfica es el resultado de la reducción de las tasas de mortalidad y la caída de las tasas de natalidad (MIRANDA; MENDES; SILVA, 2016). Se puede ver que hubo un aumento en la esperanza de vida brasileña, una media de 75,8 años, y, como resultado, un aumento en el número de ancianos en el deporte (GOMES; NASCIMENTO, 2018). Además, muchos de estos adultos mayores se convirtieron en atletas en la vejez.

Solo para ejemplificar, la Revista *IstoÉ*, el 7 de julio de 2021, publicó un artículo sobre medallistas en la tercera edad, en el que presentó a Joshua Millner, medalla de oro a los 61 años en rifle libre 1000 yardas, Lida Peyton Eliza Pollock, oro a los 63 años en tiro con arco por equipos, Gale Spencer, oro a los 64 años en tiro con arco por equipos y Oscar Swahn, medalla de plata a los 72 años en doble tiro por equipos (ISTOÉ, 2021).

El envejecimiento de la población termina trayendo consigo una serie de problemas de salud que desafían a los sectores de la salud y la seguridad social. Sin embargo, el envejecimiento no solo está asociado con enfermarse. “Salvo que exista una enfermedad asociada, el envejecimiento se asocia a un buen nivel de salud” (MIRANDA; MENDES; SILVA, 2016, p. 508).



La vejez constituye una fase de la vida que presenta particularidades que sólo pueden entenderse a partir del momento en que se consideran los aspectos cronológicos, biológicos, psicológicos y sociales que la envuelven. Esta interacción es el resultado de las condiciones culturales en las que se inserta la persona. Así, las condiciones históricas, políticas, económicas, geográficas y culturales “producen diferentes representaciones sociales de la vejez y también del adulto mayor. Existe una correspondencia entre la concepción de vejez presente en una sociedad y las actitudes hacia las personas que envejecen” (SCHNEIDER; IRIGARAY, 2008, p. 585).

La actividad física, ejercida a cualquier edad, trae beneficios para la salud. Sin embargo, en los ancianos induce diversas adaptaciones fisiológicas y psicológicas. Corroboración con el envejecimiento activo (SOUZA *et al.*, 2015).

Las acciones deportivas, lúdicas o competitivas permiten el fortalecimiento de la autoestima, la integración social y la promoción de cualidades físicas básicas que tienen una disminución de calidad con el envejecimiento. Las personas mayores que practican deporte toman conciencia de la importancia que asume la actividad física para el mantenimiento de las cualidades físicas básicas, el peso corporal, el tono muscular, el apetito, la capacidad cardiorrespiratoria, la socialización, el patrón de sueño satisfactorio, el mantenimiento del razonamiento (en la práctica deportiva se necesita de predecir acciones y velocidad de razonamiento) y noción de espacio-tiempo, además de mejorar la visión periférica, según Filgueiras Júnior (2013).

El papel de la fisioterapia en la vejez busca restaurar y mejorar la capacidad funcional de las personas mayores. Su función es evaluar al individuo en su conjunto, sus sistemas musculoesquelético, neurológico, urológico, cardiovascular y respiratorio, así como considerar el entorno en el que se desenvuelve, identificando a las personas con las que el anciano se relaciona más estrechamente.



Quando se trata de atletas, el fisioterapeuta deportivo monitorea la evolución del entrenamiento y los impactos en la salud. Los atletas mayores están sujetos a lesiones, que son causadas por falta de calentamiento, sobreentrenamiento o movimiento inadecuado, por ejemplo. El fisioterapeuta deportivo actúa en la identificación del origen del dolor y en la búsqueda de formas de tratamiento, es decir, significa cuidados y apoyo para la recuperación de las lesiones.

2. METODOLOGÍA

La presente investigación es una revisión sistemática de la literatura, en la que se realizó la textura textual consultando bases de datos y otros textos relacionados con el tema en cuestión, entre los meses de agosto de 2018 y marzo de 2022 que la solicitud de investigación no es práctica, por lo que no fue necesario pasar por el Comité de Ética en Investigación (CEP).

La recolección de datos se realizó mediante la lectura de artículos científicos que abordaban el tema propuesto. Para ello se realizó un levantamiento bibliográfico en las bases de datos PEDro, MedLine, Lilacs, Scielo. Se utilizaron las siguientes palabras clave: “ancianos”, “atletas”, “fisioterapia” y sus correspondientes en inglés.

Los artículos fueron inicialmente incluidos en base al título, resumen y palabras clave encontradas en las búsquedas en las bases de datos y portales PEDro, MedLine, Lilacs, Scielo y, luego de la lectura de los resúmenes, fueron excluidos aquellos que no se ajustaban a los objetivos de la investigación. Los artículos aún podrían ser excluidos incluso después de la lectura completa del texto, si no se ajustaban a los objetivos del estudio. La búsqueda manual a partir de listas de referencias de textos clásicos y los artículos seleccionados también fueron criterios de inclusión a posteriori.

Después de la inclusión y exclusión de textos, los seleccionados fueron leídos en su totalidad y su contenido fue utilizado como parte de la investigación. De esta



forma, tanto el análisis como la síntesis de los datos recopilados en los artículos que fueron incluidos en esta investigación, fueron presentados de manera descriptiva, a través de la elaboración de dos tablas que contienen la información sobre los artículos seleccionados, a saber: título del artículo, autor (s) y objetivo (s) del artículo. Luego, su contenido sirvió para elaborar el texto, con los datos obtenidos.

3. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

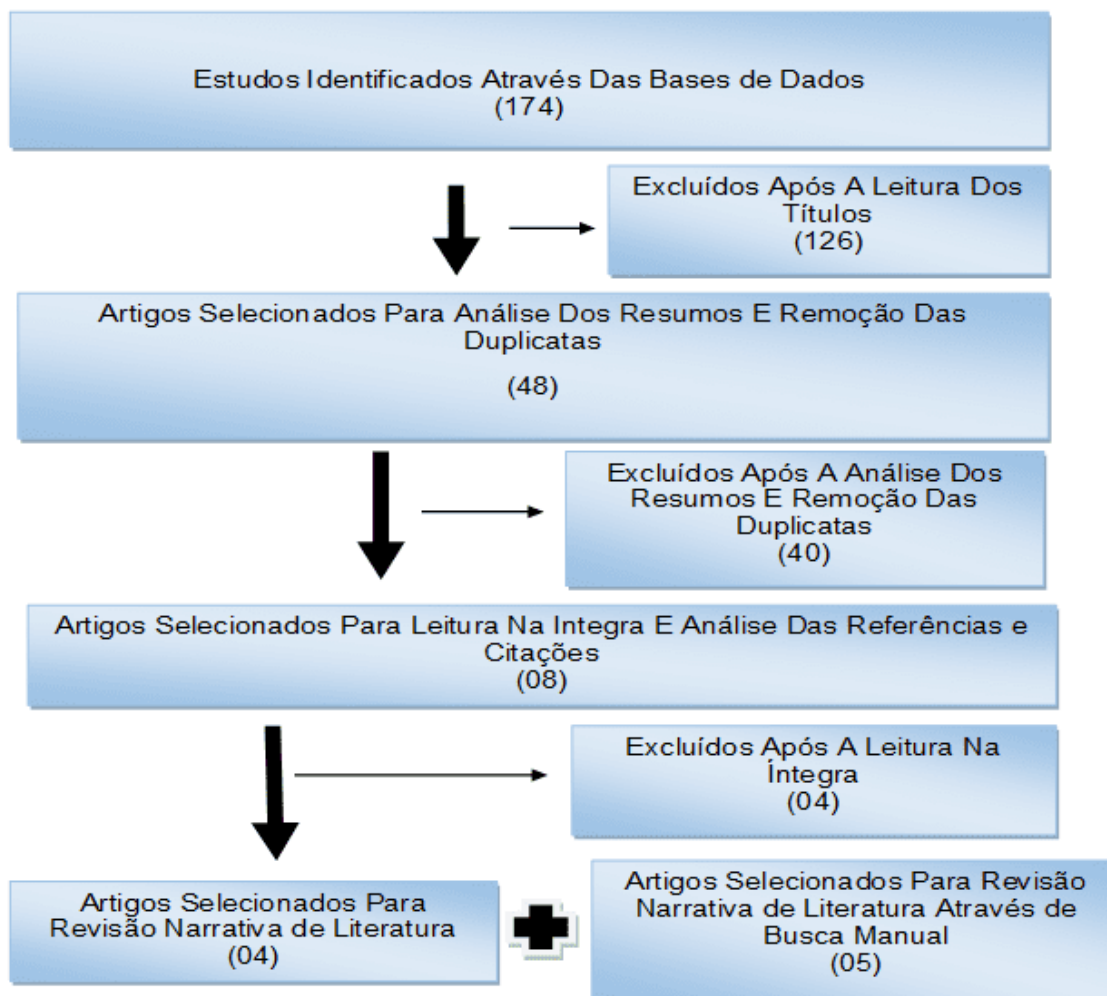
La búsqueda electrónica resultó en 174 artículos. De estos, 126 artículos fueron excluidos después de la lectura de los títulos y 40 excluidos después de la lectura de los resúmenes, quedando 8 artículos, que fueron seleccionados para lectura de texto completo.

Después de la lectura, solo 4 artículos fueron incluidos en esta revisión, de acuerdo con los criterios de inclusión establecidos. La búsqueda manual arrojó 5 estudios y estos también se incluyeron en esta revisión después del análisis.

Por lo tanto, en este estudio se incluyeron y describieron un total de 9 artículos. El principal motivo de exclusión de los estudios fue el hecho de que no cumplieron con los objetivos propuestos para la investigación.

Para facilitar la comprensión del proceso de selección de artículos, la Figura 1 representa el diagrama de flujo de selección de estudios, con cada paso realizado.

Figura 1 - Diagrama de Flujo del Proceso de Selección de Artículos



Fuente: Elaborado por el autor (2022).

Los textos seleccionados en esta revisión se identifican en las siguientes tablas.

Tabla 1: Resumen de los estudios evaluados: Envejecimiento y deportistas en la vejez

Título	Autores	Objetivo
<i>O envelhecimento na atualidade: aspectos cronológicos, biológicos, psicológicos e sociais</i>	Schneider, Rodolfo Herberto; Irigaray, Tatiana Quarti.	Presentar los conceptos que involucran el proceso de envejecimiento considerando los aspectos involucrados, tales como cronológico, biológico, psicológico y social.



<i>Envelhecimento bem-sucedido e as aprendizagens no esporte competitivo: uma forma de adaptação de atletas que praticam corrida</i>	Almeida, Sionara Tamanini de.	Promover una investigación sobre el aprendizaje de los atletas adquirido a través de la práctica de correr a través de una investigación cualitativa con una población objetivo de atletas masculinos de diferentes clubes y sociedades deportivas brasileñas.
<i>Atletas máster e o envelhecimento bem-sucedido: uma revisão integrativa</i>	Alexandre, Fabiana Maria et al.	Realizar una revisión integradora sobre el envejecimiento exitoso de deportistas mayores de 60 años en diversas disciplinas deportivas.
<i>Análise do desempenho motor em tarefas de "timing" antecipatório em idosos praticantes de esportes de interceptação</i>	Cantieri, Francys Paula; Marques, Inara	Analizar el efecto de la práctica de deportes de interceptación sobre el rendimiento en tareas de "timing" anticipatorio en población anciana.
<i>Avaliação da agilidade e resistência na terceira idade</i>	Sousa, Milena de Jesus Santana.	Compruebe la diferencia en la funcionalidad de los ancianos activos e inactivos.

Fuente: Elaborado por el autor (2022).

Tabla 2: Resumen de los estudios evaluados: La importancia de la fisioterapia deportiva

Título	Autores	Objetivo
<i>A importância da fisioterapia desportiva na recuperação de atletas</i>	Gomes, Fernanda.	Dar a conocer la importancia de la fisioterapia deportiva a la hora de la recuperación de los deportistas.
<i>A importância da fisioterapia desportiva na prevenção de lesões em atletas: uma revisão sistemática</i>	Nunes, Emerson Breno Virgulino; Falcão, Kelly Patrícia Medeiros; Silva, Edineide Nunes da.	Abordar la relevancia de la fisioterapia preventiva frente a las lesiones deportivas mediante la realización de una revisión sistemática.
<i>Fisioterapia e prevenção de lesões esportivas</i>	Resende, Marília Maniglia de; Câmara, Cibele de Nazaré da Silva; Callegari, Bianca.	Realizar una revisión de la literatura que presente temas importantes sobre la prevención de lesiones.

Fonte: Elaborado pelo autor (2022).

Las tablas 1 y 2 presentan un resumen de los estudios elegidos para esta investigación según el envejecimiento y los deportistas en la vejez y la importancia de la fisioterapia deportiva.



Schneider e Irigaray (2008) estudiaron el proceso de envejecimiento en la sociedad actual, especialmente en lo que respecta a los conceptos utilizados para definir este proceso en relación con los aspectos cronológicos, biológicos, psicológicos y sociales involucrados, e identificaron que la edad cronológica no es la única forma de para medir el proceso de envejecimiento, ya que presenta factores complejos, con influencia variable en la persona. De esta forma,

O envelhecimento é um processo complexo e multifatorial. A variabilidade de cada pessoa (genética e ambiental) acaba impedindo o estabelecimento de parâmetros. Por isso, o uso somente do tempo (idade cronológica) como medida esconde um amplo conjunto de variáveis. A idade em si não determina o envelhecimento, ela é apenas um dos elementos presentes no processo de desenvolvimento, servindo como uma referência da passagem do tempo (SCHNEIDER; IRIGARAY, 2008, p. 592).

Para Almeida (2011), el envejecimiento es un proceso que implica crecimientos (ganancias) y decrecimientos (pérdidas), que se equilibrarán a través de la capacidad adaptativa de la persona, percibiéndose “a través de actitudes con individuos adaptándose a las tormentas de la vida y logrando metas personales” (ALMEIDA, 2011, p. 234).

Desde este punto de vista, Alexandre *et al.* (2018), afirman que ante el envejecimiento, algunos atletas “experimentan un declive en términos de capacidad física y competitividad, sin embargo, son capaces de afrontarlo reformulando sus objetivos y buscando un nuevo nivel de implicación con su cuerpo y con el deporte” (ALEXANDRE *et al.*, 2018, p. 3).

No caso específico dos atletas com mais de 45 anos de idade, eles se encontram numa situação particular. Ao mesmo tempo em que o atleta treina para melhorar seu desempenho e realmente melhora, devido à reserva física que aumenta sua performance, ele também apresenta a influência do processo de envelhecimento que pode, agregado ou não a outros fatores, diminuir o desempenho esportivo. Nesse sentido, o atleta enfrenta duas tendências: uma relativa à melhora através do treino e com isso otimiza as capacidades físicas, e



outra de diminuição, que exige do sujeito a ação de se adaptar a perdas e/ou ganhos relativos à sua prática esportiva (ALMEIDA, 2011, p. 234).

Para Cantieri y Marques (2012), el desempeño motor en los adultos mayores sufre un declive ante el proceso de envejecimiento, como consecuencia de la debilidad de las funciones centrales y periféricas, que promueven una disminución de la velocidad en cuanto a la iniciación, ejecución y finalización de los movimientos. Asimismo, se produce una disminución de la capacidad de emparejar acciones motrices y desplazamiento de estímulos externos, reflejada en la realización de algunas tareas como conducir, subir escaleras mecánicas, atravesar puertas giratorias, el llamado “*timing*” anticipatorio.

Así, Cantieri y Marques (2012) realizaron estudios en los que analizaron y comprobaron un efecto positivo de la práctica de deportes de intercepción sobre el rendimiento en una tarea compleja de “*timing*” anticipatorio en deportistas de edad avanzada.

Dado que el proceso de envejecimiento provoca daños como la reducción de la aptitud física y las capacidades mentales, la actividad física puede ayudar a retrasar y reducir dichos daños (SOUSA, 2017). En los deportistas de edad avanzada, hay ganancias en fuerza, agilidad, equilibrio y cognición, pero es necesario prestar atención a los cuidados y apoyo para la recuperación de las lesiones que puedan ocurrir.

El área de fisioterapia deportiva destaca en la prevención y rehabilitación de la capacidad física de las personas, a través de terapias que utilizan masajes, gimnasia, etc. La fisioterapia deportiva actúa a través de un programa de ejercicios específico para deportistas, combinando actividades y acciones terapéuticas que favorecen la prevención o rehabilitación de las lesiones que les afectan. Las técnicas tienen como objetivo rehabilitar aspectos como la fuerza muscular, la



potencia, la flexibilidad, la resistencia, el equilibrio, el rendimiento cardiovascular, etc. (GOMES, 2022).

A fisioterapia desportiva trabalha com o desenvolvimento de programas individuais de tratamento para cada atleta, avaliando cada caso de forma individual, sendo indicada para todas as idades, utilizando equipamentos específicos para cada treinamento (GOMES, 2022, p. 1).

La importancia de la fisioterapia deportiva en la prevención de lesiones deportivas fue evidenciada en estudios de Nunes, Falcão y Silva (2014) quienes concluyeron que la fisioterapia en la prevención de lesiones deportivas es de suma importancia, considerando que el fisioterapeuta actúa directamente en la prevención de lesiones , desde la prevención hasta la rehabilitación. El estudio desarrollado por los autores adquiere importancia al demostrar que la fisioterapia deportiva actúa en la prevención o curación de las lesiones deportivas que comúnmente afectan a los deportistas, tanto a los que no están en buenas condiciones físicas como a los que practican deporte sin la supervisión de un profesional del área. Se puede notar que los estudios demuestran que la actuación del fisioterapeuta en el área deportiva contribuye para el tratamiento de los atletas, la elaboración de programas preventivos, que promuevan la mejora del rendimiento físico de todos los atletas, visando minimizar los riesgos de lesiones y garantizando la fuerza del atleta.

Resende, Câmara y Callegari (2014) señalan que “el aspecto preventivo del tratamiento de las lesiones deportivas es fundamental para la actuación del fisioterapeuta que necesita redirigir su foco de atención, de las lesiones ya instaladas, a las situaciones de riesgo” (RESENDE ; CÂMARA; CALLEGARI , 2014, p. 220). Desde este punto de vista, el trabajo del fisioterapeuta necesita ser individualizado; en el caso de deportistas sénior, se requiere evaluación y seguimiento para identificar desequilibrios musculares que requieran actuación.



Además, la edad es un hecho que interfiere en la aparición de lesiones, o sea, “(...) la edad favorece la aparición de lesiones degenerativas y roturas tendinosas” (RESENDE; CÂMARA; CALLEGARI, 2014, p. 221).

Es por esto que la importancia de la fisioterapia deportiva en deportistas mayores radica en la necesidad de un trabajo individualizado, centrado en la persona del deportista mayor. “El fisioterapeuta debe mantener medidas preventivas coherentes, como indicar el uso de ropa y calzado adecuado, alimentación equilibrada, equilibrio hídrico, descanso y recuperación, entre otras” (RESENDE; CÂMARA; CALLEGARI, 2014, p. 221).

También es necesario un seguimiento y una reevaluación frecuentes de las capacidades individuales de los deportistas mayores, de sus características biomecánicas y del deporte que practican para que “se pueda maximizar el rendimiento deportivo minimizando el número de lesiones” (RESENDE; CÂMARA; CALLEGARI, 2014, pág. 222).

4. CONSIDERACIONES FINALES

En cuanto a la relación entre los deportistas en la vejez y el desempeño de la fisioterapia deportiva, a la vista de los artículos estudiados, se evidenció que el proceso de envejecimiento encierra aspectos peculiares que deben ser tenidos en cuenta. La práctica de actividad física conduce a cambios beneficiosos en esta población y debe ser fomentada, pero la exposición al esfuerzo deportivo también puede generar lesiones.

En este contexto, la importancia de la fisioterapia deportiva en deportistas mayores reside en que el papel del fisioterapeuta está tanto en su tratamiento como en el desarrollo de programas encaminados a prevenir posibles lesiones. En ese sentido, se están realizando esfuerzos para mejorar el rendimiento físico de los atletas mayores, previniendo lesiones y apuntando a la rehabilitación.



REFERENCIAS

ALEXANDRE, Fabiana Maria *et al.* Atletas máster e o envelhecimento bem-sucedido: uma revisão integrativa. In: **II Congresso Nacional de Envelhecimento humano**. 2018. Disponível em: <https://www.editorarealize.com.br/editora/anais/cneh/2018/TRABALHO_EV114_MD4_SA8_ID706_02102018091135.pdf>. Acesso em: 28 março 2022.

ALMEIDA, Sionara Tamanini de. Envelhecimento bem-sucedido e as aprendizagens no esporte competitivo: uma forma de adaptação de atletas que praticam corrida. **Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.** v. 14, n. 2, p. 233-9, 2011. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S180998232011000200005&script=sci_abstract&tlng=pt>. Acesso em: 10 ago. 2018.

CANTIERI, Francys Paula; MARQUES, Inara. Análise do desempenho motor em tarefas de “timing” antecipatório em idosos praticantes de esportes de interceptação. **Rev. bras. Educ. Fís. Esporte**, São Paulo, v. 26, n. 2, p.313-322, abr./jun. 2012. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbefe/v26n2/13.pdf>>. Acesso em: 10 ago. 2018.

FILGUEIRAS JÚNIOR, Nicodemus. **Qualidade de vida dos atletas da terceira idade do município de Ponta Porã, MS**. 93f. 2013. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Universidade Católica Dom Bosco, Campo Grande. Disponível em: <<https://site.ucdb.br/public/md-dissertacoes/13200-final.pdf>>. Acesso em: 10 out. 2021.

GOMES, Carolina; NASCIMENTO, Letícia. **Jovens de alma, velhos de corpo: os atletas na terceira idade**. 17/04/2018. Disponível em: <<http://agemt.org/contraponto/2018/04/17/jovens-de-alma-velhos-de-corpo-os-atletas-da-terceira-idade/>>. Acesso em: 28 março 2022.

GOMES, Fernanda. **A importância da fisioterapia desportiva na recuperação de atletas**. Disponível em: <<https://blog.unis.edu.br/a-importancia-da-fisioterapia-desportiva-na-recuperacao-de-atletas>>. Acesso em: 28 março 2022.

ISTOÉ. **Medalhistas na terceira idade**: quatro atletas que chegaram ao pódio com mais de 60 anos. 07/07/2021. Disponível em: <<https://istoe.com.br/medalhistas-na-terceira-idade-quatro-atletas-que-chegaram-ao-podio-com-mais-de-60-anos/>>. Acesso em: 28 março 2022.

MIRANDA, Gabriella Morais Duarte; MENDES, Antônio da Cruz Gouveia; SILVA, Ana Lucia Andrade da. O envelhecimento populacional brasileiro: desafios e consequências sociais atuais e futuras. **Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.**, Rio de



Janeiro, v. 19, n. 3, p. 507-519, 2016. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbgg/v19n3/pt_1809-9823-rbgg-19-03-00507.pdf>. Acesso em: 10 out. 2021.

NUNES, Emerson Breno Virgulino; FALCÃO, Kelly Patrícia Medeiros; SILVA, Edineide Nunes da. A importância da fisioterapia desportiva na prevenção de lesões em atletas: uma revisão sistemática. **Congresso Nacional de Ciências da Saúde**, Cajazeiras, PB, março 2014. Disponível em: <https://www.editorarealize.com.br/revistas/conacis/trabalhos/Modalidade_4datahora_24_03_2014_23_58_46_idinscrito_1274_bf2e4aedcc8b1be6b52eee0a03031317.pdf>. Acesso em: 10 ago. 2018.

RESENDE, Marília Maniglia de; CÂMARA, Cibele de Nazaré da Silva; CALLEGARI, Bianca. Fisioterapia e prevenção de lesões esportivas. **Fisioterapia Brasil**, v. 15, n. 3, p. 219-223, 2014. Disponível em: <<https://portalatlanticaeditora.com.br/index.php/fisioterapiabrasil/article/view/343/599>>. Acesso em: 28 março 2022.

SCHNEIDER, Rodolfo Herberto; IRIGARAY, Tatiana Quarti. O envelhecimento na atualidade: aspectos cronológicos, biológicos, psicológicos e sociais. **Estudos de Psicologia**, Campinas, v. 25, n. 4, p. 585-593, out./dez. 2008. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/estpsi/v25n4/a13v25n4.pdf>>. Acesso em 10 ago. 2018.

SOUZA, José Carlos *et al.* Qualidade de vida dos atletas da terceira idade. **Psicólogo Informação**, ano 19, n. 19, jan./dez. 2015. Disponível em: <<https://www.metodista.br/revistas/revistasims/index.php/PINFOR/article/view/6869/5319>>. Acesso em: 10 out. 2021.

SOUSA, Milena de Jesus Santana. **Avaliação da agilidade e resistência na 3ª idade**. 36f. 2017. Trabalho (Conclusão de Curso) – Pós-Graduação em Fisioterapia traumato-ortopédica funcional e esportiva, Centro Universitário de Brasília, Ilhéus. Disponível em: <<https://repositorio.uniceub.br/jspui/bitstream/235/11897/1/51500275.pdf>>. Acesso em: 28 março 2022.



Enviado: Febrero de 2022.

Aprobado: Mayo de 2022.

¹ Magíster en Gerontología, por la Universidad Europea del Atlántico; Licenciado en Fisioterapia Deportiva, por la UFMG; Posgrado en Fisioterapia Ocupacional y Ergonomía por AVM Educacional; Posgrado en Trauma Ortopédico con Énfasis Hospitalario, por el Centro Universitário Newton Paiva; Graduada en Fisioterapia por la Universidade de Vassouras. ORCID: 0000-0001-8581-7973.