

# A REALIDADE VIRTUAL COMO INTERVENÇÃO FISIOTERAPÊUTICA NO EQUILÍBRIO E FUNCIONALIDADE DE IDOSOS

Rute Paulino Kosloski<sup>1</sup>, Vinicius Brandalise<sup>2</sup>

1. Discente do Curso de Graduação em Fisioterapia, Unoesc, Xanxerê, SC
2. Docente do Curso de Graduação em Fisioterapia, Unoesc, Xanxerê, SC

**Autor correspondente:** Rute Paulino Kosloski, rutepaulino755@gmail.com

**Área:** Ciências da Vida e Saúde

**Introdução:** O envelhecimento é um processo natural e progressivo que acarreta alterações fisiológicas, funcionais e cognitivas, resultando frequentemente em perda de equilíbrio, mobilidade e autonomia funcional. Com o aumento acelerado da população idosa, surgem desafios na manutenção da qualidade de vida e independência dessa população. Estratégias eficazes e acessíveis de reabilitação tornam-se fundamentais nesse contexto. A realidade virtual (RV) destaca-se como uma alternativa terapêutica inovadora, pois promove benefícios físicos e cognitivos por meio de ambientes interativos, lúdicos e estimulantes, favorecendo principalmente a adesão de idosos ao tratamento. **Objetivo:** O objetivo desta revisão é explorar sistematicamente os efeitos da realidade virtual na reabilitação de idosos, sobretudo na prevenção de quedas e na melhora do equilíbrio, analisando seu impacto na funcionalidade, autonomia e qualidade de vida a partir das evidências disponíveis na literatura científica. **Método:** Foi realizada uma revisão sistemática da literatura nas bases de dados eletrônicas SciELO e MedLine/PUBMED, contemplando publicações entre os anos de 2015 a 2025. O processo de seleção ocorreu em diferentes etapas: inicialmente foi realizada a leitura dos títulos, seguida da leitura dos resumos, e posteriormente a análise completa dos artigos que atendiam aos critérios de elegibilidade. Critérios de inclusão: estudos com idosos com 60 anos ou mais; artigos publicados em português e inglês; estudos originais, publicados entre 2015 e 2025. Critérios de exclusão: artigos publicados em idiomas diferentes de português e inglês; pesquisas envolvendo participantes com idade inferior a 60 anos sem alterações de equilíbrio. **Resultados:** Foram encontrados quinze artigos após a aplicação de filtros e leitura dos resumos e dos títulos. Foram excluídos no total oito artigos, que não abordaram diretamente a aplicação da realidade virtual em pacientes idosos. 7 artigos foram revisados com base nos critérios de inclusão. **Conclusão:** Os estudos analisados demonstraram que a utilização da realidade virtual contribui para a melhora do equilíbrio e da funcionalidade. Evidenciou-se também impacto positivo na autonomia funcional e na adesão ao tratamento. A literatura revela que a realidade virtual é uma ferramenta promissora e eficaz quando utilizada como recurso complementar à fisioterapia tradicional, promovendo ganhos significativos na capacidade funcional e contribuindo para o envelhecimento ativo. Dessa forma, a RV pode ser considerada uma estratégia segura e inovadora na prevenção de quedas e no aumento da qualidade de vida da população idosa.

**Palavras-chave:** Realidade virtual; Equilíbrio ; Idosos ; Fisioterapia; Prevenção de quedas.