



PREVENINDO QUEDAS DOMÉSTICAS DOS IDOSOS ATRAVÉS DE ESTRATÉGIAS EDUCATIVAS EM SAÚDE

Jéssika Rayanne Batista Rocha¹, Joedna Martins Silva², Gealdo Tavares Neto³, Mariana Martins da Silva⁴

Acadêmica de Enfermagem pela Faculdade Maurício de Nassau, jessika.rayanne@hotmail.com

RESUMO

INTRODUÇÃO: A população brasileira hoje consiste em um percentual de idosos elevado, assim, a saúde pública desenvolveu estratégias para que possam prevenir quedas domésticas e danos neurológicos e físicos nos idosos. As estratégias lançadas para que previnam essa problemática, vem a ser um índice satisfatório que inibe prejuízos na função, deambulação e autonomia da pessoa idosa, uma vez que sendo relatada a importância do autocuidado para familiares e cuidadores minimiza a prevalência de quedas domésticas. **OBJETIVO:** Relatar a importância da educação em saúde na atenção básica, com a finalidade de reduzir os casos de quedas domésticas. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma pesquisa bibliográfica, exploratória, realizada no período de março de 2017 com base na literatura disponível em bancos de dados BVS e LILACS. Foram utilizados 09 artigos para esse estudo. **RESULTADOS:** Cerca de 50% dos artigos relata que ao possuir um ambiente adequado para o idoso, previne preocupações e acidentes, uma rampa, corrimão nos banheiros, não utilizar tapetes dentre outras prevenções, 30% refere que quando não há o cuidado, as quedas domésticas causam principalmente fraturas no quadril e fêmur, assim prejudicando a mobilidade da pessoa idosa, 20% relatam que o alto índice de morte de idosos por queda geralmente é por fraturas, danos neurológicos e afetam mais a população feminina. **CONCLUSÃO:** A enfermagem tem um papel singular a respeito da promoção de saúde, o enfermeiro da atenção básica pode atuar com medidas de prevenção de quedas e danos neurológicos e psicológicos, através de palestras e educando não só os idosos, mas também os seus familiares, mostrando que o cuidado doméstico é fundamental para que o idoso tenha acesso a toda casa e não corra o risco de cair e se tornar um incapaz.

Descritores: Acidentes por quedas, educação em saúde, prevenção de acidentes.



INTRODUÇÃO

Segundo classificação da Organização Mundial de Saúde (OMS), idosos são aqueles indivíduos com idade igual ou superior a 60 anos de idade. A população idosa vem crescendo muito nos últimos anos, segundo o último censo realizado em 2010 pelo IBGE, em todo território brasileiro há um crescimento na população idosa comparada a pesquisa de 2000: Região Norte a proporção de idosos passou de 3,6% em 2000 para 4,6 em 2010, na região Nordeste passou de 5,8% em 2000 para 7,2% em 2010, Sul e Sudeste ambas apresentaram 8,1% em 2010 já em 2000 o Sul apresentou 3,0% e Sudeste 5,8% e por fim a região Centro-Oeste, que apresentou 4,3% em 2000 e já em 2010 5,8%.

A alta demanda de envelhecimento populacional necessita de preparação e adequação dos serviços de saúde, incluindo a formação e capacitação de profissionais para o atendimento. Nesta perspectiva, as quedas de idosos são atualmente uma das preocupações em relação à promoção de saúde e qualidade de vida. A prevenção é importante no sentido de minimizar problemas secundários decorrente de quedas, tais como: fraturas e traumas psicológicos (DAS CP, JOSEPH S., 2005. Apud SIQUEIRA et al., 2007).

Todas as pessoas podem sofrer quedas, independentemente da idade, mas para os idosos esse termo merece destaque, pois ocorre com alta frequência e pode levá-lo à incapacidade, injúria e até mesmo a morte. Seu custo social é imenso e torna-se maior quando o idoso tem diminuição da autonomia e da independência ou passa a necessitar de institucionalização (Fabrício, Rodrigues, Costa, 2004).

O presente estudo tem como objetivo relatar a importância de educação em saúde para idosos, na estratégia de saúde da família, afim de minimizar prevalência de quedas domésticas em uma população de idosos.

METODOLOGIA

Estudo descritivo e exploratório, realizado no período de março de 2017, trata-se de uma pesquisa bibliográfica com base na literatura disponível em bancos de dados virtuais.



Foram realizadas cinco etapas para construção dessa revisão: 1) definimos a temática abordada e alguns pontos específicos para a construção do artigo; 2) foram selecionados pontos para exclusão e inclusão de artigos para pesquisa; 3) Busca de artigos para construção do texto; 4) Análise crítica dos artigos selecionados; 5) Construção e exposição dos dados encontrados. A pesquisa foi realizada no período entre fevereiro e março de 2017 nos bancos dados e BVS (biblioteca virtual em saúde) incluindo LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde) e SCIELO (Scientific Electronic Library Online) com seguintes descritores: de acordo com o DeCs (descritores em ciências da saúde).

Utilizamos os seguintes critérios para escolha dos artigos: Artigos com idioma português, artigos com texto completo com acesso online, artigos relacionados a idosos e artigos que abordam a temática “Prevenindo acidentes domésticos dos idosos através de estratégias educativas em saúde”. Foram encontrados 715 artigos com a palavra-chave “Acidentes por quedas”, 323 artigos com a palavra “Educação em saúde” e 55 com a palavra “prevenção de acidentes”. Foram selecionados 09 artigos para o estudo por seguir os critérios expostos pelo grupo.

DISCUSSÃO E RESULTADOS

A população idosa vem crescendo cada vez mais, cerca de 30% dos idosos sofrem queda ao menos uma vez ao ano, são mais frequentes em mulheres do que em homens e os riscos são mais elevados para idosos acima de 75 anos (PERRACINE E RAMOS, 2002).

Cerca de 50% dos artigos relata que ao possuir um ambiente adequado para o idoso, previne preocupações e acidentes, uma rampa, corrimão nos banheiros, não utilizar tapetes dentre outras prevenções, 30% refere que quando não há o cuidado, as quedas domésticas causam principalmente fraturas no quadril e fêmur, assim prejudicando a mobilidade da pessoa idosa, 20% relatam que o alto índice de morte de idosos por queda geralmente é por fraturas, danos neurológicos e afetam mais a população feminina.

Tendo em vista estes dados, é necessário o trabalho da enfermagem na atenção básica com diversas opções e estratégias políticas de prevenção de quedas, para homens e mulheres, com base em diferenças de gênero nos locais, circunstâncias e eventos que possam dar origem a quedas (BRASIL, 2010).

CONCLUSÃO



As quedas representam a causa com maior aumento proporcional no risco de internação, e sabe-se que os grupos de maior susceptibilidade para esse tipo de agravo são os idosos, por ser uma classe mais frágil e muitas das vezes já apresentarem alguns problemas de deambulação, visão e equilíbrio. É entre os idosos que se verifica a maior contribuição para a internação hospitalar, considerando que a população brasileira tem cada vez maior proporção de pessoas com 60 anos ou mais de idade (GAWRYSZEWSKI, 2010 apud BARROS et al. 2015).

Durante a pesquisa observamos a alta incidência de casos de quedas por idosos ocasionando uma série de problemas como: fraturas leves ou graves, traumas psicológicos e até mesmo óbitos, isso traz muitos custos para SUS, as taxas de internação hospitalar em faixas etárias mais avançadas são mais elevadas quando comparadas com jovens. A Enfermagem tem um papel especial relacionado a saúde deste idoso, todos esses problemas podem ser evitados com ações de prevenção à saúde na atenção básica.

O enfermeiro pode trabalhar com palestras educativas, orientando os idosos e familiares sobre as formas de prevenção de quedas domésticas na terceira idade, utilizar corrimão em banheiros, não utilizar tapetes espalhados pela casa, manter o chão sempre seco, trocar batentes por rampas, são algumas medidas de prevenção que podem ser citadas. Estimular os idosos sobre uma alimentação saudável e a prática de exercícios físicos também interferem indiretamente na prevenção de quedas, reduzindo os casos de osteoporose, diabetes e aumentando o fortalecimento dos ossos e músculos.

Os objetivos traçados no presente trabalho pelo grupo foram alcançados, espera-se também que estes resultados estimulem os profissionais de saúde para pesquisarem e aprofundarem ainda mais na temática, espera-se também que profissionais da atenção básica realizem ações, como uma estratégia de diminuir esses agravos, tendo em vista a alta complexidade da temática exposta.

REFERÊNCIAS:

FABRÍCIO, Cristina coelho; RODRIGUES, Rosalina A Partezani; JUNIOR, Moacyr Lobo da Costa. *Causas e consequências de quedas de idosos atendidos em hospital público*. Revista Saúde Pública Vol38 n.1, 2004.



SIQUEIRA, Fernando V.; FACHINI, Luiz Augusto; PICCINI, Roberto X.; TOMASI, Eliane; THUMÉ, Eliane; SILVEIRA, Denise S.; VIEIRA, Vera; HALLA, Pedro C. *prevalência de quedas em idosos e fatores associados*. Revista de Saúde Pública. Vol.41 n.5, 2004.

LLANO, Patrícia Mirapalheta Pereira; DOS SANTOS, Fernanda; RODRIGUES, Mônica Canilha Tortelli; LEMÕES, Marcos Aurélio Matos; LANGE, Celmira; SANTOS, Silvana Sidney Costa. *A família no cuidado ao idoso após o sofrimento por quedas*. Revista online de pesquisa. Vol.8 n.3, 2016.

DE BARROS, Iracema Fabieli Oliveira; PEREIRA, Marisa Bastos; WEILLER, Teresinha Heck; ANVERSA, Elenir Teresinha Rizzeti. *Internações hospitalares por quedas em idosos brasileiros e os custos correspondentes no âmbito do sistema único de saúde*. Revista kairós Gerontologia. Vol.18 n. 4, 2015.

CHIANCA, Tania Couto Machado; DE ANDRADE, Caroline Rodrigues; ALBUQUERQUE, Juliana; WENCESLAU, Luísa Cristina Crespo; TADEU, Luiza Ferreira Ribeiro; MACIEIRA, Tamara Gonçalves Rezende; ERCOLE, Flávia Falci. *Prevalência de quedas em idosos cadastrados em um centro de saúde de belo horizonte- MG*. Revista Brasileira de enfermagem. Vol. 66 n.2, 2013.

AVEIRO, Mariana Chaves; DRIUSSO, Patrícia; BARHAM, Elizabeth Joan, PAVARINI, Sofia Cristina Iost; Oishi, Jorge. *Mobilidade e risco de quedas de população idosa da comunidade de São Carlos*. Ciências e Saúde coletiva. Vol.17 n.9, 2012.

SOARES, Danilo Simoni; LUANE, Marques de Mello; DA SILVA, Anderson Soares; NUNES, Altacílio Aparecido. *Análise dos fatores associados a quedas com fratura de fêmur em idosos: um estudo caso-controle*. Revista brasileira de geriatria e gerontologia. Vol.18 n.2, 2015.

ROSA, Tábada, Samantha Marques; DE MORAES, Anaelena Bragança; PERIPOLLI, Angélica; FILHA, Valdete Alves Valentins dos Santos. *Perfil epidemiológicos de idosos que foram a óbito por queda no Rio Grande do Sul*. Revista brasileira de geriatria e gerontologia. Vol.18 n.1, 2015.

PERRACINI, M C; RAMOS, L R. *Fatores associados a quedas em uma coorte de idosos residentes na comunidade*. Rev Saude Publica. Vol.36 n.6,2002.



II CONBRACIS
II Congresso Brasileiro de Ciências da Saúde

