

# IV SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA

## XXII Semana de Iniciação Científica

21 a 25 de outubro de 2019

Tema: "Desmonte da Pesquisa, Ciência e Tecnologia: repercussões e impactos tecnológicos, sociais e culturais"



### PREVENÇÃO DE QUEDAS EM IDOSOS E O PAPEL INTERVENTIVO DA UNIVERSIDADE PARA PREVENÇÃO DE AGRAVOS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Joãoney Soares Chaves de Lavor<sup>1</sup>, Roger Rodrigues da Silva<sup>2</sup>, Herlys Rafael Pereira do Nascimento<sup>3</sup>, Karla Joyce Vieira da Silva<sup>4</sup>, Antonia Daila Martins de Souza<sup>5</sup>, Ray Martins de Souza<sup>6</sup>, Moziane Mendonça de Araújo<sup>7</sup>

**Resumo:** A queda é definida como um contato não intencional com uma superfície em que há deslocamento do corpo de um nível diferente ao que estava em repouso. O objetivo deste estudo é relatar a vivência e execução de um plano de orientações sobre a prevenção de quedas em idosos a partir de uma extensão universitária. Assim, trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, desenvolvido em março de 2019, com dez idosos, onde se realizou exposição da temática a partir de uma roda de conversa e deambulação por um circuito com barreiras, quais sejam tapetes, cadeiras, degraus. Os idosos relataram a frequência das quedas em seu cotidiano, bem como o temor de perderem a autonomia. Além disso, perceberam que o ambiente inadequado pode favorecer a ocorrência de quedas, sendo estas prevenidas. Percebeu-se que a atividade proporcionou compartilhamento de experiências, ampliação de conhecimento, trazendo reflexões acerca da temática em questão.

**Palavras-chave:** Idoso. Acidentes por quedas. Educação em saúde.

#### 1. Introdução

O progresso cronológico da população tem-se intensificado em uma escala global. Percebe-se que a pirâmide etária tem se invertido, e a população idosa está predominante a cada dia, quando comparado com a faixa etária de adultos, jovens e/ou crianças. Dados demográficos apontam que no ano de

---

1 Discente do curso de Enfermagem URCA/UDI. Bolsista de Extensão - FUNCAP. Integrante do projeto de extensão Viver bem na melhor idade. E-mail: j.ney\_mbnp@hotmail.com

2 Discente do curso de Enfermagem URCA/UDI. Bolsista de Iniciação Científica da FUNCAP (PIBIC/URCA). Integrante do Grupo de Pesquisa Clínica, Cuidado e Gestão em Saúde. E-mail: roger95silva@gmail.com

3 Professor do Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Regional do Cariri – URCA/UDI. E-mail: her-lys-rafael@hotmail.com

4 Discente do curso de Enfermagem URCA/UDI. E-mail: kalajoyce21@hotmail.com

5 Discente do curso de Enfermagem URCA/UDI. E-mail: dailamartiins13@gmail.com

6 Enfermeiro graduado pela Universidade Regional do Cariri - URCA/UDI. E-mail: raymartins@gmail.com

7 Professora do Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Regional do Cariri – URCA/UDI. Pesquisadora do Grupo de Pesquisa Clínica e Gestão em Saúde (GPCLIN). Iguatu, CE, Brasil. E-mail: moziane@hotmail.com

# IV SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA

## XXII Semana de Iniciação Científica

21 a 25 de outubro de 2019

Tema: "Desmonte da Pesquisa, Ciência e Tecnologia: repercussões e impactos tecnológicos, sociais e culturais"



2010 havia 750 milhões de idosos no mundo, e estima-se que em 2050 esse número aumente para 2 bilhões (FHON et al., 2016).

Devido essa progressão de idosos, novas vulnerabilidades afligem essa população, podendo ser enquadradas como crônicas ou não. Dentre estas problemáticas há destaque para as quedas. Assim, esta é definida como o contato não intencional com uma superfície em que há deslocamento do corpo de um nível diferente ao que estava em repouso (LUZARDO et al., 2017).

Em muitas ocasiões este fenômeno é taxado com algo insignificante. Todavia, quando essa ocorrência se dá na população idosa, constata-se que outros distúrbios podem ser desencadeados, uma vez que a repercussão desse acontecimento compreende questões sociais, econômicas e atenuação da própria saúde (LUZARDO et al., 2017; NASCIMENTO; TAVARES, 2016).

No Brasil, estudos apontam o elevado índice de quedas nessa população, sobretudo em idosos que vivem na zona urbana. Uma pesquisa desenvolvida em 23 estados brasileiros, com 6.616 idosos, observou que a prevalência de quedas foi de 27,6%, e a principal sequela evidenciada foi à fratura, alcançando 11% dos participantes da pesquisa. Em níveis geográficos regionais, a prevalência de quedas variou entre 18,6% no Norte a 30% no Sudeste. No que diz respeito aos óbitos relacionados a esta causa, na região Nordeste, cerca de 25,3% dos óbitos em idosos se dão em consequência de quedas, ocupando o segundo lugar na mortalidade de idosos por causas externas (NASCIMENTO; TAVARES, 2016).

Considerando as implicações que a queda pode proporcionar à pessoa idosa no trinômio biopsicossocial, esse estudo busca salientar a importância em se tratar dessa casualidade, bem como expressar a relevância em trabalhar diretamente com esse público sobre os principais cuidados cabíveis para a prevenção de quedas e conseqüentemente a impossibilidade de suscitar em outras complicações decorrentes.

## 2. Objetivo

# IV SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA

## XXII Semana de Iniciação Científica

21 a 25 de outubro de 2019

Tema: "Desmonte da Pesquisa, Ciência e Tecnologia: repercussões e impactos tecnológicos, sociais e culturais"



Relatar a vivência e execução de um plano de orientações sobre a prevenção de quedas a partir de uma extensão universitária.

### 3. Metodologia

Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência realizado no dia 14 de março de 2019. O plano de orientações contemplou a exposição da temática sobre quedas quanto à sua prevalência na população idosa e principais complicações ocasionadas pela mesma.

A ação foi conduzida por sete extensionistas que compõem o projeto de extensão Viver Bem na Melhor Idade, o qual é desenvolvido pela Universidade Regional do Cariri, Unidade Descentralizada de Iguatu. Além dos extensionistas, participaram da ação dez idosos residentes em Iguatu e acompanhados pelo referido projeto de extensão.

A atividade objetivou abordar as implicações que a queda pode proporcionar à vida da pessoa idosa, tendo em vista a maior fragilidade competente a eles. O momento ocorreu em dois tempos: 1) Exposição da temática a partir de uma roda de conversa; e 2) Deambulação individual por um circuito com barreiras simples, onde os idosos estavam sendo guiados e orientados. Os materiais utilizados foram: venda para os olhos, tapete, cadeira, banqueta, degraus de madeira e rampas. Vale salientar que a ação teve duração total de duas horas.

### 4. Resultados

As quedas são classificadas como um potencial problema para a pessoa idosa, não somente por sua frequência e desencadeamento de lesão física, mas também por trazer implicações psicológicas, uma vez que o idoso que comumente cai, sente-se incapaz em cuidar de si próprio, afetando dessa forma em sua saúde mental por pensar que necessita de um cuidador para continuar a viver (TAKO et al, 2017).

Durante o desenvolvimento da atividade citada, muitos idosos relataram a frequência das quedas em seu cotidiano, e de que forma isso

# IV SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA

## XXII Semana de Iniciação Científica

21 a 25 de outubro de 2019

Tema: "Desmonte da Pesquisa, Ciência e Tecnologia: repercussões e impactos tecnológicos, sociais e culturais"



implicou negativamente em suas vidas por não serem capazes de se levantarem sozinhos e precisarem da ajuda de cuidadores e/ou familiares.

Uma idosa participante do projeto relatou ter sofrido uma queda que resultou em fratura do fêmur esquerdo. Esta revelou a angústia após o ocorrido, relatando que depois do incidente, sente-se insegura em continuar o desenvolvimento de ocupações que competiam a suas Atividades de Vida Diárias (AVD's), uma vez que ela possuía uma rotina bem ativa.

Frewen et al. (2015) afirmam que após uma queda, o idoso se sente ocioso quanto a ocorrência de uma nova recidiva da mesma, e, a partir desse medo, muitos param de exercer atividades que favorecem à sua saúde. Portanto, tem-se observado que a paralisação dessas funções está aumentando o índice de doenças neurodegenerativas, cardiovasculares e metabólicas nessa parcela da população, acarretando em maiores níveis de dependência farmacológica.

Após a discussão com os idosos, seguiu-se com a segunda etapa da ação, a qual correspondeu ao seguimento de um breve circuito. Para realização do percurso, os idosos foram vendados, sendo acompanhados por um extensionista e por outro idoso durante todo o caminho, proporcionando maior segurança durante a atividade, evitando quedas, mas permitindo a autonomia quanto à identificação do tipo de barreira presente a sua frente. Após a identificação do objeto (tapete, banquetas, degrau, etc) foi indagado ao participante se ele sentiu o impacto que aquele instrumento consideravelmente simples, pode favorecer para uma possível queda.

Os idosos perceberam os riscos que um ambiente inadequado pode oferecer para a ocorrência de quedas. Dessa forma, houve a percepção de que objetos e mobiliários espalhados pelo ambiente podem favorecer quedas, bem como uma iluminação deficiente, calçadas inadequadas e ausência de apoio, como uso de bengalas ou muletas também.

### 5. Conclusão

Através desta vivência, percebeu-se que a atividade proporcionou compartilhamento de experiências, ampliação de conhecimento acerca das

# IV SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA

## XXII Semana de Iniciação Científica

21 a 25 de outubro de 2019

Tema: "Desmorte da Pesquisa, Ciência e Tecnologia: repercussões e impactos tecnológicos, sociais e culturais"



alterações fisiológicas do envelhecimento e a possibilidade de adequação do ambiente às necessidades dos idosos. Isto é essencial para redução de riscos à saúde e melhoria do autocuidado, essencialmente quando se refere à prevenção de quedas.

Foi possível observar que os idosos foram receptivos e colaborativos com a atividade. Esta proporcionou reflexões acerca da importância da educação em saúde que deve ser trabalhada na comunidade de maneira ampla e diversificada, que leve o conhecimento da população acerca de como prevenir agravos à saúde com medidas simples e conscientizadoras para prevenção de quedas e promoção do envelhecimento ativo e saudável. Urge a necessidade do envolvimento de todos os atores nas questões relacionadas à saúde do idoso, de modo a contribuir para que tenham melhor qualidade de vida.

### 6. Referências

FHON, J. R. S. et al. Queda e sua associação à síndrome da fragilidade no idoso: revisão sistemática com metanálise. **RevEscEnferm USP**. v. 50, n. 6, p.1005-1010, 2016.

FREWEN, J. et al. Recent syncope and unexplained falls are associated with poor cognitive performance. **Age and Aging**. v. 44, n. 2, p.282-286, 2015.

LUZARDO, A. R. et al. Queda de idosos: desvelando situações de vulnerabilidade. **Rev Min Enferm**. v. 21:e, n. 1025, p. 1-8, 2017.

NASCIMENTO, J. S; TAVARES, D. M. S. Prevalência e fatores associados a quedas em idosos. **Texto Contexto Enferm**. v. 25, n. 2, p. 2-9, 2016.

TAKO, K. V. et al. Perfil e prevalência de quedas em idosos. **Rev Enferm UFPE On line**. v. 11 (supl.11), p. 4687-4691, 2017.