

ACÇÕES EXTENSIONISTAS SOBRE PREVENÇÃO DE QUEDAS EM IDOSOS: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Paulo Wederson Alves Pinheiro

Discente do Curso de Enfermagem do Centro Universitário Católica de Quixadá (UniCatólica).

Membro da Liga Acadêmica de Enfermagem Pediátrica (LAENP).

Membro do Núcleo de Estudos de Enfermagem Materno-Infantil (NEEMI).

Voluntário do Programa de Iniciação Científica (PIC) do Centro Universitário Católica de Quixadá (UniCatólica).

E-mail: 2022010230@unicatolicaquixada.edu.br

Francisca Aline Moreira de Lima Silveira

Discente do Curso de Enfermagem do Centro Universitário Católica de Quixadá (UniCatólica).

Membro do Grupo de Pesquisa em Enfermagem da Saúde da Mulher (GPESM).

E-mail: 2022010082@unicatolicaquixada.edu.br

Maria Gabriely Amorim Rabelo Nobre

Discente do Curso de Enfermagem do Centro Universitário Católica de Quixadá (UniCatólica).

Membro da Liga Acadêmica de Enfermagem em Estomaterapia (LAEST)

E-mail: 2022010244@unicatolicaquixada.edu.br

Maria Tailana da Silva Lima

Discente do Curso de Enfermagem do Centro Universitário Católica de Quixadá (UniCatólica).

Membro da Liga Acadêmica de Enfermagem em Estomaterapia (LAEST).

E-mail: 2022010081@unicatolicaquixada.edu.br

Yasmin Michelly de Oliveira Magalhães

Discente do Curso de Enfermagem do Centro Universitário Católica de Quixadá (UniCatólica).

E-mail: 2022010208@unicatolicaquixada.edu.br

Caroline Ribeiro de Sousa

Docente do Curso de Enfermagem do Centro Universitário Católica de Quixadá (UniCatólica).

E-mail: carolineribeiro@unicatolicaquixada.edu.br

RESUMO

Introdução: Quedas na velhice constituem um problema de saúde pública sério e crescente no contexto mundial. Tal problemática acarreta para as pessoas idosas fraturas, medo de cair novamente e lesões de tecido mole, que podem intensificar o declínio da capacidade funcional, interferindo na qualidade de vida do sujeito. Portanto, observa-se que a prevenção de quedas em idosos é a melhor alternativa frente às interferências negativas na qualidade de vida do paciente e aos impactos gerados ao sistema de saúde. Objetivo: Descrever a experiência de educação em saúde sobre a temática "Prevenção de quedas em idosos". Método: Trata-se de um relato de experiência, a partir de ações realizadas entre abril e maio de 2024 em instituições localizadas no município de Quixadá-CE. As ações desenvolvidas configuraram-se em distribuição de folders que abordavam a importância da prevenção de quedas em idosos. As atividades aconteceram no Hospital Municipal Dr. Eudásio Barroso, no dia 24 de abril de 2024, quarta-feira; na EEF Socorro Gomes, no dia 25 de abril de 2024, quinta-feira; e no Hospital Maternidade Jesus Maria José, no dia 02 de maio de 2024, quinta-feira. O público das ações era, em sua maioria, composto de pessoas idosas. Resultados: A educação em saúde sobre prevenção de quedas em idosos contribuiu para um momento de grande importância na veiculação de novos conhecimentos e práticas relacionadas com as mudanças de hábito,

atitudes e comportamentos da população idosa, que é considerada suscetível aos riscos e agravos em decorrência de quedas. Ademais, a equipe abordou questões relacionadas às medidas de prevenção, fatores determinantes para o risco de quedas, quando procurar o serviço de saúde, apoio familiar, causas e consequências, entre outras. A primeira ação foi desenvolvida no Hospital Municipal Dr. Eudásio Barroso (HMEB) e coincidentemente foram encontrados idosos que estavam internados com problemas causados por quedas. A partir dos depoimentos destes pacientes, observou-se que muitos deles não percebem o quanto estão expostos aos fatores de risco, embora tenham alguma comorbidade preexistente e mantenham uma rotina de trabalho ativa. Realizou-se, no segundo encontro, uma roda de conversa com uma turma de jovens e adultos na EEF Socorro Gomes e foi um momento de muita aprendizagem, partilha e troca de experiências. O terceiro encontro aconteceu no estacionamento do Hospital Maternidade Jesus Maria e José (HMJMJ) com os idosos que frequentavam o ambiente naquele momento e, de uma forma sucinta, foram entregues os folders e feita uma breve explanação a respeito da temática. Conclusão: Diante do relato de experiência apresentado, é crucial enfatizar a importância do tema abordado. Ao educar os idosos sobre medidas preventivas, como exercícios de equilíbrio e adaptações no ambiente doméstico, pode-se ajudar a reduzir o risco de quedas e os subsequentes agravos, além de incentivá-los a adotar um estilo de vida mais ativo e seguro. Adotando uma abordagem holística e proativa para a prevenção de quedas, há não somente a redução do impacto negativo das quedas nos idosos, mas também a promoção de um envelhecimento saudável e ativo em sociedade.

Palavras-chave: Acidentes por quedas. Idoso. Saúde do idoso. Atenção primária à saúde.