

Relato de experiência sobre ação de educação em saúde sobre quedas

Experience report on health education action on falls

DOI:10.34119/bjhrv5n2-308

Recebimento dos originais: 14/01/2022

Aceitação para publicação: 28/02/2022

Brenda Matheus Nogueira de Lima

Ensino superior incompleto

Instituição: Universidade de Fortaleza (Unifor)

Endereço: Av. Washington Soares, 1321, Edson Queiroz, CEP: 60811-905 - Fortaleza - CE

E-mail: breendalimaa2156@unifor.edu.br

Letícia Mosca de Carvalho Pinheiro

Ensino superior incompleto

Instituição: Universidade de Fortaleza (Unifor)

Endereço: Av. Washington Soares, 1321, Edson Queiroz, CEP: 60811-905 - Fortaleza - CE

E-mail: leticiamcp@edu.unifor.br

Mariana Macêdo Militão Mendonça

Ensino Superior Incompleto

Instituição: Universidade de Fortaleza (Unifor)

Endereço: Av. Washington Soares, 1321, Edson Queiroz, CEP: 60811-905 - Fortaleza - CE

E-mail: marianamacedomm@edu.unifor.br

Leticia Bandeira Garcia Lima

Ensino Superior Incompleto

Instituição: Universidade de Fortaleza (Unifor)

Endereço: Av. Washington Soares, 1321, Edson Queiroz, CEP: 60811-905 - Fortaleza - CE

E-mail: leticiabandeiralb@edu.unifor.br

Nithyananda Araújo Furtado

Ensino Superior incompleto

Instituição: Universidade de Fortaleza (Unifor)

Endereço: Av. Washington Soares, 1321, Edson Queiroz, CEP: 60811-905 - Fortaleza - CE

E-mail: nithyfurtado@edu.unifor.br

Gerídice Lorna Andrade de Moraes

Docente de Medicina

Instituição: Universidade de Fortaleza (Unifor)

Endereço: Av. Washington Soares, 1321, Edson Queiroz, CEP: 60811-905 - Fortaleza - CE

E-mail: geridice@hotmail.com

1 INTRODUÇÃO

As quedas e suas lesões concomitantes representam um fenômeno mundial. Tal situação decorre, muitas vezes, de alterações fisiológicas presentes no organismo humano, especialmente na fase senil e essas mudanças requerem necessidade de alguns cuidados com foco na prevenção de acidentes, causados pelas quedas.

As quedas podem estar associadas a vários riscos ambientais, como carpetes e tapetes. A maioria das quedas (72,8%) ocorrem em casa, e as mulheres representam 80,2% das vítimas de lesões por queda. Outros riscos ambientais incluem escadas mal projetadas e mau estado de conservação, inadequada iluminação, desordem, pisos escorregadios, tapetes não protegidos e a falta de superfícies antiderrapantes nas banheiras. Diante de tal evidência, faz necessária a intervenção de medidas preventivas domiciliares.

Evidencia-se ainda que as quedas são consideradas como um importante indicador de pior qualidade de vida na faixa etária geriátrica, bem como demonstra pior qualidade dos serviços de saúde que lhes são prestados.

É importante salientar também que a capacidade funcional dos idosos após caírem pode estar comprometida; além disso pode acarretar perdas da autonomia e da independência, fazendo com que os indivíduos permaneçam acamados e sujeitos ao aparecimento da síndrome da imobilidade.

A prevenção de quedas é um grande desafio que requer o envolvimento ativo de várias áreas de cuidado. Essa colaboração multiprofissional pode reduzir a probabilidade de quedas, por meio da avaliação completa dos riscos e da implementação de medidas preventivas individualizadas, incluindo diversas áreas do conhecimento

Sob essa ótica, uma estratégia preventiva eficaz são as intervenções educativas, que oferecem inúmeras vantagens, como envolver os pacientes nas discussões sobre estratégias de prevenção, melhorar a consciência e percepção dos riscos, a autoeficácia e, conseqüentemente, a adesão aos cuidados preventivos. Além disso, são econômicos, facilmente adaptáveis ao ambiente e às pessoas a quem se destinam e não requerem modificações nas rotinas dos serviços de saúde

Por isso, diante da relevância do tema pelos possíveis impactos causados na população geriátrica, as ações em saúde precisam ser reforçadas entre esse grupo populacional e entre as comunidades, pois estas ações são responsáveis por disseminar informações de forma esclarecedora, seja por meio do conhecimento seja por mudança de atitudes, para que estas situações possam ser ao máximo evitadas, sendo importante a educação em saúde para uma prevenção efetiva.

As quedas são um tema que merecem o conhecimento não só daqueles que são vítimas deste processo, mas de todos os que apresentam relação direta com pessoas idosas, principalmente os profissionais de saúde.

2 OBJETIVO

Descrever a experiência de estudantes universitários ao aplicar um projeto sobre prevenção de quedas em idosos. Analisar a importância de ações em saúde no contexto de prevenção de quedas em pacientes de atenção secundária

3 MÉTODO

O estudo foi realizado em um serviço secundário vinculado à Universidade de Fortaleza (UNIFOR), o Núcleo de Atenção Médica Integrada (NAMI) localizado em Fortaleza no estado do Ceará. A atividade se deu a partir de uma sala de espera na qual foram entrevistados adultos e idosos por cinco acadêmicas do curso de graduação em medicina da UNIFOR, participantes da Liga Acadêmica de Geriatria e Gerontologia da Unifor (LIGGER), durante um projeto de extensão conjunto envolvendo diversas ligas acadêmicas da mesma universidade para contemplar o Dia Nacional de Saúde. A ação foi desenvolvida no período de 05 de agosto a 06 de agosto de 2021, sob supervisão de uma docente. Foram distribuídos panfletos informativos para prevenção de quedas, além de orientações verbais transmitidas pelos ligantes para este público-alvo, participaram da entrevista cerca de 30 pessoas, sendo colhidos depoimentos dos participantes a respeito de episódios de quedas envolvendo-os ou de conhecidos.

4 RESULTADOS

A partir dos depoimentos coletados, percebeu-se que, de maneira quase unânime, os entrevistados relataram que a queda sofrida ou presenciada ocorreu em ambiente domiciliar, comprovando as estáticas dos estudos analisados e previamente citados, sendo os tapetes e os pisos escorregadios do banheiro os principais culpados, causando maiores impactos principalmente na vida dos idosos, pois eles têm uma recuperação mais lenta aos danos à integridade física, levando a um possível dano emocional devido a imobilização pós-trauma e a consequente diminuição da independência do indivíduo. O primeiro abordado a ser entrevistado revelou que estava na sala de espera de fisioterapia com a esposa que havia escorregado em um tapete solto pela casa. Outra paciente abordada durante a ação comentou: "Minha tia levou uma queda, quebrou a bacia e anda de cadeira de rodas até hoje", comprovando

que, além do impacto físico, a queda pode ocasionar um impacto emocional no idoso, gerando medo e dependência para realizar suas atividades de vida diárias.

A ação social sobre prevenção de quedas em idosos possibilitou experiências relevantes para todos os colaboradores, pois os ligantes puderam perceber a necessidade de um trabalho multidisciplinar nesse âmbito, além de ter um olhar individualizado, atentando para as peculiaridades de cada paciente idoso. Nesse viés, o médico tem como funções, principalmente, o ajuste das doses e das classes das medicações, evitando a polifarmácia e reduzindo possíveis efeitos colaterais, como tontura, que poderia desencadear a queda. Já o educador físico seria fundamental para elaborar treinamentos visando o desenvolvimento de massa muscular e a prevenção da recorrência de acidentes. Uma nutricionista e um fisioterapeuta ajudariam na recuperação, por exemplo, recomendando uma alimentação nutritiva e balanceada e recuperando limitações osteoarticulares dos idosos, respectivamente. Cada área, trabalhando de forma conjunta e harmônica, contribuindo de forma indispensável e individualizada para a prevenção de acidentes e de recorrência de quedas nos idosos. Quanto aos entrevistados, estes foram beneficiados com o conhecimento acerca de medidas caseiras para a prevenção de quedas através das informações contidas nos panfletos e explicadas pelos ligantes. O resultado esperado é que as medidas sejam aplicadas e que possam reduzir o número de quedas no cenário doméstico, que abriga mais de 70% dos acidentes do gênero.

5 CONCLUSÃO

Em suma, apesar das quedas estarem presentes nas preocupações do público em geral, principalmente dos idosos e de seus cuidadores, observou-se que a ação realizada pelos alunos foi importante na prevenção destas, trazendo informações e contribuições para os ouvintes, na forma de educação em saúde, apontando a necessidade de campanhas semelhantes, visando uma abordagem abrangente, multidisciplinar e individualizada. Ademais, a ação contribuiu de forma significativa para o aprendizado dos alunos, pois ao ouvir de forma atenta os exemplos dos pacientes que participavam de forma ativa da ação, puderam ver na prática a aplicabilidade das estatísticas literárias que abordam a prevalência dos cenários e grupos envolvidos nas quedas, a fim de utilizar esses dados como enriquecimento teórico sobre a elaboração de formas de intervir em tais contextos.

Palavras-chave: ação comunitária, acidentes por quedas, saúde do idoso.

REFERÊNCIAS

1. Amorim JSC de, Souza MAN, Mambrini JV de M, Lima-Costa MF, Peixoto SV. Prevalência de queda grave e fatores associados em idosos brasileiros: resultados da Pesquisa Nacional de Saúde, 2013. *Ciênc Saúde Coletiva* 2021;26:185–96. <https://doi.org/10.1590/1413-81232020261.30542018>.
2. DUARTE, Gisele Patricia; SANTOS, Jair Licio Ferreira; LEBRÃO, Maria Lúcia; *et al* . Relação de quedas em idosos e os componentes de fragilidade. *Revista Brasileira de Epidemiologia* , v. 21, n. suplemento 2, pág. e180017, 2018.
3. Hernández Ramírez M, Juárez Flores CA, Báez Alvarado M del R, Lumbreras Delgado I, Banderas Tarabay JA, Hernández Ramírez M, *et al*. Valoración de la dependencia funcional en adultos mayores asociado a riesgo de caídas en el hogar. *Horizonte sanitario* 2020;19:153–65. <https://doi.org/10.19136/hs.a19n1.3546>.
4. Silva-Fhon JR, Partezani-Rodrigues R, Miyamura K, Fuentes-Neira W. Causas y factores asociados a las caídas del adulto mayor. *Enferm Univ* 2019;16. <https://doi.org/10.22201/eneo.23958421e.2019.1.576>.
5. Giacomini SBL, Fhon JR, Rodrigues RAP. Fragilidade e risco de queda em idosos que vivem no domicílio. *Acta Paulista de Enfermagem* 2020; 33: eAPE20190124. <https://doi.org/10.37689/acta-ape/2020AO0124>
6. Drummond A, Pimentel WRT, Pagotto V, Menezes RL de. Disability on performing daily living activities in the elderly and history of falls: an analysis of the National Health Survey, 2013. *Rev Bras Epidemiol* 2020;23:e200055. <https://doi.org/10.1590/1980-549720200055>.
7. LEITÃO, Sarah Musy; OLIVEIRA, Samily Cordeiro de; ROLIM, Luciana Ramalho; *et al* . Epidemiologia das quedas em idosos no Brasil: uma revisão integrativa da literatura. *Geriatrics, Gerontologia e Envelhecimento* , v. 12, n. 3, pág. 172–179, 2018.
8. XIMENES, Maria Aline Moreira; BRANDÃO, Maria Girlane Sousa Albuquerque; ARAÚJO, Thiago Moura de; *et al* . EFICÁCIA DAS INTERVENÇÕES EDUCACIONAIS PARA A PREVENÇÃO DE QUEDAS: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA. *Texto & Contexto - Enfermagem* , v. 30, p. e20200558, 2021.
9. SHARIF, Suleiman I.; AL-HARBI, Alaa B.; AL-SHIHABI, Alaa M.; *et al* . Quedas em idosos: avaliação da prevalência e fatores de risco. *Prática de Farmácia* , v. 16, n. 3, pág. 1206, 2018.