

PREVENIR É VIVER: EDUCAÇÃO EM SAÚDE SOBRE QUEDAS COM IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS

Área Temática Saúde

Coordenador(a) da atividade: Aline SCHARR RODRIGUES

Anayza CRYSTIANE RAMOS MAYER; Emilly GABRIELLY MONTEIRO SCHAFFKA; Myllena JORGE MARCON; Aline SCHARR RODRIGUES.

Projeto: Consulta de Enfermagem nas Doenças crônicas não-transmissíveis (CEDANT)

Resumo: O índice de quedas em idosos institucionalizados é mais elevado em comparação aos que vivem na comunidade, em razão do declínio funcional acelerado e da fragilização. Este trabalho teve como objetivo apresentar as experiências das atividades de educação em saúde desenvolvidas com residentes de uma instituição de longa permanência do município de Ponta Grossa-PR. As ações foram realizadas semanalmente na Instituição São Vicente de Paulo, totalizando oito encontros, nos quais foram promovidas dinâmicas lúdicas, como jogos. Em dois desses encontros trabalhou-se especificamente a temática das quedas: em um, aplicou-se um jogo da memória com pares de imagens representando fatores de risco e medidas de prevenção; em outro, utilizou-se um cartaz ilustrativo com dez fatores que potencializam esse risco. Observou-se que os idosos demonstraram compreensão da temática, evidenciando a relevância do trabalho educativo. Além disso, a experiência possibilitou aos acadêmicos de saúde a vivência prática de ações de promoção, fortalecendo a integração entre o conhecimento teórico e a realidade da comunidade.

Palavras-chave: Idosos institucionalizados. Quedas. Risco.

INTRODUÇÃO

Queda é considerada como o deslocamento do corpo para um nível inferior diferente do inicial de forma não intencional não podendo ser corrigido em tempo hábil, sendo causado por multifatores causando instabilidade (GOMES, 2014). Qualquer pessoa está propensa a ter uma queda, porém para idosos esse risco aumenta e as consequências são de maior relevância, causando uma ameaça a sua independência, provocando inúmeros problemas pessoais e

socioeconômicos. Essa probabilidade aumentada está relacionada com fatores intrínsecos como alterações fisiológicas, doenças e o uso da polifarmácia, podendo levar a instabilidade postural, e de fatores extrínsecos como a estrutura do ambiente (má iluminação, tapetes, piso escorregadio) (STEFANACCI, 2023).

Idosos institucionalizados apresentam índice de quedas superior aos residentes na comunidade, uma vez que o ambiente institucional está associado à aceleração do declínio funcional e ao aumento da fragilidade (FERREIRA, 2019). Ao evidenciar o problema presente nas instituições, é necessário o manejo através de atitudes que auxiliem na redução desse problema, visto que as consequências das quedas são muitas. A educação em saúde, quando conduzida de maneira dinâmica e frequente, possibilita a interação com idosos institucionalizados, contribuindo para que reconheçam os fatores de risco para quedas e compreendam estratégias de prevenção, o que resulta em maior segurança no ambiente institucional.

OBJETIVOS

Apresentar as experiências de ações de educação em saúde sobre quedas para idosos institucionalizados no município de Ponta Grossa.

METODOLOGIA

Este trabalho descreve um relato de experiência desenvolvido a partir de uma ação extensionista proposta pela disciplina Saúde do Idoso, do curso Bacharelado de Enfermagem da Universidade Estadual de Ponta Grossa. A disciplina está vinculada ao projeto de extensão: Consulta de Enfermagem nas Doenças Crônicas Não-Transmissíveis (CEDANT).

Os encontros foram realizados na Instituição de Longa Permanência São Vicente de Paulo no primeiro semestre de 2025, envolvendo todos os idosos presentes na instituição. Ocorreram oito encontros, nos quais, a cada encontro um grupo de acadêmicos trabalhou um tema, conforme a demanda da instituição. Os acadêmicos foram previamente capacitados

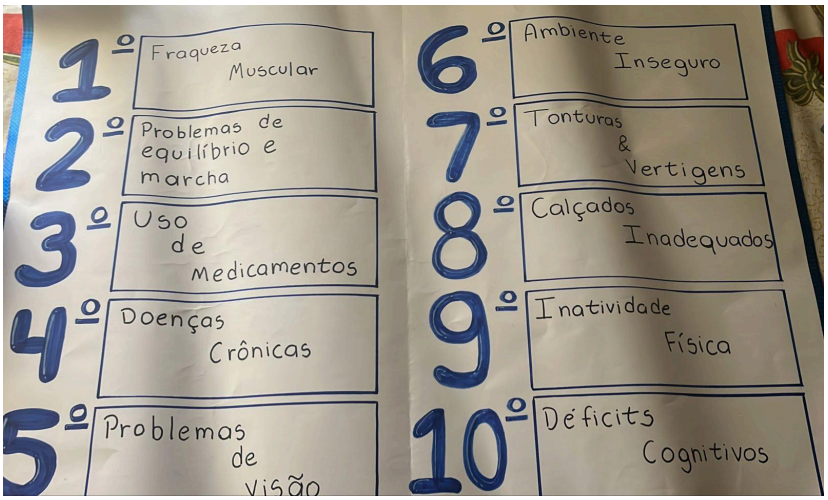
sobre os temas para assim executar as ações. Foram conduzidas atividades lúdicas, jogos, rodas de conversas, trocas de experiências, para que assim, todos os idosos pudessem participar dos encontros. Dois dos oito encontros foram focados no tema quedas, tema que perfaz o relato deste trabalho.

RESULTADOS

As ações foram realizadas entre os meses Abril e Maio de 2025, 41 acadêmicos desenvolveram atividades com os idosos no período. Para exposição do tema quedas foram confeccionados um cartaz exemplificando 10 riscos de quedas e um jogo de memória com 12 pares cada, que correlaciona a o risco de quedas e medidas de prevenção.

A primeira ação, que contou com o uso do cartaz, foi conduzida através de diálogo junto aos idosos, permitindo que os idosos trocassem experiências e pudessem ouvir sobre os riscos, para que tivessem ciência dos fatores de risco e suas consequências. Na segunda ação, no jogo da memória, existiam pares com fatores de risco para quedas e pares com ações para evitar as mesmas, a cada acerto uma conversa era iniciada para haver a explicação do porque aquela situação/objetivo seria um fator de risco ou o porque fazer/instalar dispositivos para a prevenção são importantes. Foi importante notar se havia a compreensão dos idosos sobre os fatos.

Para aprofundar a experiência com o jogo da memória, dividiu-se os acadêmicos para irem em grupos de idosos que estavam na instituição. A intenção de descentralizar os acadêmicos oportunizou que os idosos pudessem receber mais atenção para expor as dúvidas que fossem surgindo e a interação de cada idoso ali presente fosse ainda mais eficaz.



Cartaz produzido pelos acadêmicos, 2025



Jogo da memória produzido pelos acadêmicos, 2025

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A temática de quedas é de suma importância no âmbito das instituições de longa permanência, pois sua ocorrência está presente gerando impactos negativos. Portanto, é de extrema importância que seja abordado esse tema na formação acadêmica, pois assim, os acadêmicos ao terem essa experiência com os idosos institucionalizados puderam cruzar a teoria adquirida em sala de aula com a realidade vivenciada por inúmeros idosos. Esta ação contribuiu para reforçar a importância da educação em saúde sobre essa temática, dentre outras trabalhadas no semestre.

Um dos principais desafios encontrados foi o nível de cognição dos idosos; contudo, isso não comprometeu a execução da extensão. Observou-se a compreensão dos participantes, que já possuíam certo conhecimento prévio e demonstraram ter adquirido novas informações durante as atividades realizadas com os universitários.

APOIO

Agradecemos ao Departamento de Enfermagem do Setor de Ciências Biológicas e da Saúde da Universidade Estadual de Ponta Grossa, pela oportunidade de incorporar atividades de ensino, pesquisa e extensão, os quais contribuem positivamente para a formação acadêmica.

REFERÊNCIAS

FERREIRA, Lidiane Maria de Brito Macedo; RIBEIRO, Karyna Myrelly Oliveira Bezerra de Figueiredo; JEREZ-ROIG, Javier; ARAÚJO, José Rodolfo Torres; LIMA, Kênio Costa de. **Quedas recorrentes e fatores de risco em idosos institucionalizados**. Ciência & Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 24, n. 7, p. 2453-2462, jul. 2019. Disponível em: https://www.scielo.br/j/csc/a/yWrZ8Nt9jdwzXTjfrkVhDhM/?lang=pt. Acesso em: 06 set. 2025.

SBGG – Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia. **Quedas em idosos: prevenção.** São Paulo: SBGG, out. 2014. Disponível em: https://sbgg.org.br/wp-content/uploads/2014/10/queda-idosos.pdf. Acesso em: 06 set. 2025.

STEFANACCI, Richard G.; WILKINSON, Jayne R. **Quedas em idosos.** In: MANUAL MSD – Versão para Profissionais de Saúde. Revisado por Michael R. Wasserman. Modificado em abr. 2025. Disponível em: https://www.msdmanuals.com/pt/profissional/geriatria/quedas-em-idosos/quedas-em-idosos. Acesso em: 06 set. 2025.