

IDENTIFICAÇÃO DO RISCO DE QUEDAS E DIFICULDADE DE LOCOMOÇÃO EM IDOSOS COMUNITÁRIOS

Área Temática: Saúde

Coordenador(a) da atividade: Caroline GONÇALVES PUSTIGLIONE CAMPOS

Myllena JORGE MARCON[1]; Samara NEIVERTH[2], Anayza Crystiane RAMOS MAYER[3], Caroline GONÇALVES PUSTIGLIONE CAMPOS[4], Juliana Regina DIAS MIKOWSKI[5].

Consulta de Enfermagem nas doenças crônicas não-transmissíveis (CEDANT)

Resumo: As quedas em idosos configuram um desafio de saúde pública devido a elevada taxa de mortalidade, complicações associadas a fraturas, aumento de internações, sofrimento físico e emocional como o medo de cair novamente. O atual estudo caracteriza-se como um relato de experiência de acadêmicos de Enfermagem, a partir de uma ação extensionistas, proposta pela disciplina Saúde do Idoso, realizada em 2025, em Ponta Grossa. Participaram 52 idosos, com idade média de 69,8 anos, predominando o sexo feminino n=33 (63,5%). Todos possuíam ao menos uma comorbidade como Hipertensão Arterial Sistêmica e/ou Diabetes Mellitus, com uso de cinco ou mais medicamentos. Foi aplicado com essa comunidade o Índice de Vulnerabilidade Clínico-Funcional (IVCF-20), que resultou a maioria desses idosos classificados como robustos n=24 (46%). Esse fato se predispôs de fatores como dificuldade ao andar, velocidade de marcha e quedas nos últimos dois anos. Com esses resultados, se fez notório a inserção dos acadêmicos de Enfermagem permitindo auxiliar os serviços de saúde na implementação de políticas públicas voltadas à pessoa idosa, no contexto da identificação do perfil clínico funcional da comunidade idosa bem como na elaboração de estratégias educativas de prevenção, principalmente sobre as quedas.

Palavras-chave: Prevenção de acidentes. Idosos. Vulnerabilidade em Saúde.

INTRODUÇÃO

O aumento da população idosa brasileira requer maior atenção por parte da sociedade e do Estado (Camarano; Pinheiro, 2023). No ponto de vista da saúde, alguns fatores podem

[1]Apresentadora. Discente do Curso Bacharelado em Enfermagem da Universidade Estadual de Ponta Grossa.
[2] Discente do Curso Bacharelado em Enfermagem da Universidade Estadual de Ponta Grossa.
[3] Discente do Curso Bacharelado em Enfermagem da Universidade Estadual de Ponta Grossa.
[4] Docente do Curso Bacharelado em Enfermagem da Universidade Estadual de Ponta Gross
[5] Docente do Curso Bacharelado em Enfermagem da Universidade Estadual de Ponta Gross

predispor à pessoa idosa ao risco de quedas e eventualmente evoluir para desfechos fatais (Carvalho *et al.*, 2021).

Sendo assim, as quedas configuram um desafio de saúde pública devido a elevada taxa de mortalidade, complicações associadas a fraturas, aumento de internações, sofrimento físico e emocional como o medo de cair novamente (Carvalho et al., 2021).

Mesmo as quedas leves com pouca sequelas físicas, pode produzir impacto significativo na qualidade de vida do idoso e levar ao desenvolvimento a perda de confiança na capacidade de deambular com segurança e pode resultar em piora do declínio funcional, depressão, baixa autoestima e isolamento social (Panato, 2024).

Dessa forma, estratégias educativas de prevenção de quedas para as pessoas idosas é relevante para identificar situações de risco, avaliado por meio de um instrumento preconizado e validado nacionalmente (Santos, 2024).

Ressalta-se a contribuição dos profissionais Enfermeiros inseridos na Atenção Primária à Saúde, na implementação de práticas de cuidados com foco na prevenção das quedas. O vínculo do serviços de saúde e a universidade possibilita avançar nas medidas de controle e promoção da qualidade de vida das pessoas idosas na comunidade (Panato, 2024).

Diante do exposto, o presente estudo compartilha a experiência da disciplina Saúde do Idoso, do Curso Bacharelado em Enfermagem da Universidade Estadual de Ponta Grossa. A disciplina possui módulos teóricos e vivências extensionistas, a inserção dos acadêmicos de Enfermagem permite auxiliar os serviços de saúde na implementação de políticas públicas voltadas a pessoa idosa, no contexto da identificação do perfil clínico funcional da comunidade idosa bem como na elaboração de estratégias educativas de prevenção, principalmente das quedas.



OBJETIVO

Identificar o risco de quedas e dificuldades de locomoção em um grupo de pessoas idosas comunitárias de Ponta Grossa.

METODOLOGIA

O atual estudo caracteriza-se como relato de experiência, desenvolvido a partir de uma ação extensionista proposta pela disciplina Saúde do Idoso, na perspectiva da curricularização da extensão inserido no Curso Bacharelado em Enfermagem, da Universidade Estadual de Ponta Grossa. A disciplina está vinculada ao Projeto de Extensão: Consulta de Enfermagem nas doenças crônicas não-transmissíveis (CEDANT).

Foram organizados oito encontros durante o semestre, primeiramente os idosos foram convidados pelas Agentes Comunitárias de Saúde (ACS) de uma Unidade de Saúde de Ponta Grossa. Os encontros semanais foram realizados no salão da Igreja do bairro, devido ao amplo espaço, cada encontro estiveram presentes idosos, com idade igual ou acima de sessenta anos, conforme estipulado pelo Estatuto do Idoso.

Vale ressaltar que houve a parceria com a Fundação Municipal de Saúde para atender a necessidade do município na estratificação de risco na rede de atenção à pessoa idosa. Sendo assim, a consulta de enfermagem iniciou com a estratificação por meio do questionário denominado Índice de Vulnerabilidade Clínico-Funcional (IVCF-20). Este instrumento foi desenvolvido e validado no Brasil, ele é capaz de identificar o perfil de cada público por meio do declínio clínico-funcional e a caracterização de necessidades especificas, permitindo o direcionamento e a estruturação de políticas públicas pertinentes (Moraes *et al.*, 2023).

Para este estudo foram analisados dos dados oriundos IVCF-20 nos domínios: sexo, idade, mobilidade (queda nos últimos dois anos, dificuldade de locomoção e velocidade da marcha).

A programação após a consulta incluiu uma roda de conversa com atividades educativas, na qual os acadêmicos abordaram sobre: os principais riscos de queda no domicilio e no

ambiente, além de informações sobre a importância das consequências da queda. Foram incentivados o autocuidado, contribuindo para a autonomia funcional e para um processo de envelhecimento saudável.

RESULTADOS

Participaram da atividade 52 pessoas idosas, com idades entre 60 e 87 anos, a idade média foi de 69,8 anos. Correspondente ao sexo, as mulheres foram predominantes n=33(63,5%) aos homens n=19(36,5%). Todos possuíam ao menos uma comorbidade como Hipertensão Arterial Sistêmica e/ou Diabetes Mellitus, com uso de cinco ou mais medicamentos.

Conforme o escore de estratificação do IVCF-20 predominou idosos robustos n=24(46%); seguido de idosos em risco de fragilização n=18(35%) e frágeis n= 10(19%).

No domínio capacidade aeróbica, n=31(60%) não apresentaram perda intencional de peso, sendo predominante a circunferência da panturrilha maior 31 cm. O índice de massa corporal, se manteve acima 22kg/m2, representando n=42 (76%), acima do peso.

Em relação a mobilidade, no que se refere a velocidade da marcha, a maioria dos idosos apresentaram tempo menor 5 segundos, n=31(60%). A VM é reconhecida hoje como um instrumento essencial na avaliação dos idosos. Para fins de triagem, sua aferição pode ser feita em qualquer ambiente, até mesmo no domicílio (Moraes et al., 2023).

A maioria dos idosos não apresentaram dificuldade de caminhar capaz de impedir na realização de atividades do cotidiano, representando n=32 (60%). Vale destacar que a maioria utilizava um dispositivo para se locomover como bengala e/ou andador. A dificuldade de andar pode sugerir a presença de doenças que afetam o equilíbrio estático ou dinâmico, que dependem do funcionamento adequado do sistema musculoesquelético e sistema nervoso (Moraes et al., 2023).

Idosos que referiram ter caídos duas ou mais vezes no último ano representaram, n=20(38%). Aqueles que caíram mencionaram que foram relacionadas a quedas em domícilio, principalmente, na área externa da residência e banheiro. As quedas resultaram em escoriações, hematomas em face e membros inferiores, desmaios e fraturas foram poucos relatos.

Para Moraes et al. (2023) a presença de duas ou mais quedas no último ano é preocupante e define o diagnóstico de instabilidade postural, que pode ser secundária às alterações da marcha (equilíbrio e/ou força muscular) ou à perda de consciência, como ocorre na síncope de origem cardiovascular, convulsão, hipotensão ortostática e hipoglicemia. Fatores socioambientais, que devem ser rigorosamente investigados por equipe interdisciplinar. É fundamental trabalhar no quesito da educação em saúde para levar o conhecimento as pessoas idosas e seus familiares.

A indissociabilidade entre ensino, pesquisa e extensão evidenciou-se nessa vivência, contribuindo de forma significativa para o enriquecimento da formação acadêmica dos estudantes, conforme representado na Imagem 1.

Imagem 1- Encontro com os idosos da comunidade para educação em saúde. Ponta Grossa 2025.



Fonte: acadêmicos extensionistas, 2025.

As pessoas idosas que participaram dos encontros foram orientados quanto: avaliação dos comportamentos de risco para quedas, evitar vestir ou calças sapatos em pé, pedir ajudar quando houver risco ambiental, se levantar e calçar sapatos adequados, manter ambiente iluminado para o acesso ao banheiro, adaptações ao banheiro, uso adequado de óculos, usar corrimão ao subir

em escadas, usar tapetes antiderrapantes, atender para pisos molhados, nunca se levantar rapidamente e atender para espaço do jardim da residência.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O atendimento a comunidade idosa é essencial na formação dos profissionais de saúde para avaliar vulnerabilidade clínica e funcional, permitindo que a equipe de saúde reconheça riscos precocemente, atue de forma preventiva e contribua para a promoção do envelhecimento saudável.

APOIO

Agradecemos aos docentes, do Departamento de Enfermagem da UEPG.

REFERÊNCIAS

CAMARANO, A.A.; PINHEIRO, L. **Cuidar, verbo transitivo: caminhos para a provisão de cuidados no Brasil**. Rio de Janeiro: IPEA, 1.ed. 2023.

CARVALHO MS,ET al. Quedas em idosos comunitários atendidos por uma e estratégia de saúde da família do município de São Leopoldo: prevalência e fatores associados. **Acta Fisiatr**, v.28,n.4, 2021.

MORAES ,E N. **Manual de avaliação multidimensional da pessoa idosa para a atenção primária à saúd**e : aplicações do IVCF-20 e do ICOPE. Linha de cuidado: saúde da pessoa idosa. Edgar Nunes de Moraes, Priscila R. Rabelo Lopes. Brasília, DF: Conselho Nacional de Secretários de Saúde, 2023.

PANATO, Daniela, et al. Prevenção de quedas em idosos: relato de experiência de formação em serviço para equipe de Saúde da Família. **Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR**, *[S. l.]*, v. 28, n. 1, p. 447–463, 2024.

SANTOS, Jaciara Aparecida Dias, et al. Prevalência e fatores associados à fragilidade em pessoas idosas hipertensas por meio da Escala de Fragilidade de Edmonton e Índice de Vulnerabilidade Clínico-Funcional-20. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, Rio bde Janeiro, v. 27, e230208, 2024.