

## **RELATO DE EXPERIÊNCIA DE ATIVIDADES EDUCATIVAS COM IDOSOS DOMICILIADOS SOBRE RISCO DE QUEDAS E PREVENÇÃO DE AGRAVOS**

José Anderson Dutra <sup>1</sup>

Gabriella Valéria de Araújo Medeiros <sup>2</sup>

Raquel Mirtes Pereira da Silva <sup>3</sup>

Amanda Lídia Dantas Targino <sup>4</sup>

Lia Maristela da Silva Jacob <sup>5</sup>

### **INTRODUÇÃO**

O contexto de envelhecimento populacional tem sido presenciado nas últimas décadas a nível mundial. No Brasil esse fenômeno é caracterizado por 28 milhões de pessoas na faixa etária acima de 60 anos, número que representa 13% da população do país, e esse percentual tende a dobrar nas próximas três décadas, segundo Projeção da População, divulgada em 2018 pelo IBGE (IBGE, 2018). Para tanto, é essencial o planejamento e atuação diferenciada diante das necessidades e direitos próprios dessa fase, na qual o apoio de equipe multiprofissional deve ser um dos pilares através da Estratégia de Saúde da Família (ESF) e Atenção Básica (GLERIANO, 2019), porta de entrada e ordenadora das ações e do serviço público de saúde (BRASIL, 2017).

Desse modo, atividades de educação em saúde configuram-se como um dos eixos da ESF, desempenhando um papel fundamental na atenção ao idoso. Tendo em vista a transmissão de conhecimento à população referente ao processo saúde-doença, envolve a promoção da saúde, prevenção de agravos e reabilitação, sendo estas ferramentas favoráveis à

---

<sup>1</sup> Graduado do Curso de Bacharel e Licenciatura em Enfermagem da Universidade do Estado do Rio Grande do Norte - UERN, [andinho.dutra.92@hotmail.com](mailto:andinho.dutra.92@hotmail.com);

<sup>2</sup> Graduada do Curso de Bacharel e Licenciatura em Enfermagem da Universidade do Estado do Rio Grande do Norte- UERN, [gabriellamdrs@outlook.com](mailto:gabriellamdrs@outlook.com)

<sup>3</sup> Professora supervisora: Mestre, Universidade do Estado do Rio Grande do Norte- UERN, [raquelmirtesp@gmail.com](mailto:raquelmirtesp@gmail.com)

<sup>4</sup> Graduanda do Curso de Medicina da Escola Multicampi de Ciências Médicas – EMCM/UFRN, [amandantast@gmail.com](mailto:amandantast@gmail.com);

<sup>5</sup> Professora orientadora: Doutora, Escola Multicampi de Ciências Médicas-EMCM/UFRN e Universidade do Estado do Rio Grande do Norte- UERN/ Caicó- RN, [lia\\_maristela@hotmail.com](mailto:lia_maristela@hotmail.com).

autonomia e integralidade no cuidado, na valorização do sujeito e na troca de experiências (ROCHA, 2014). A assistência prestada pela ESF ocorre por acolhimento e grupos na própria unidade de saúde ou através de visitas domiciliares, segundo as condições do paciente e objetivos das ações (FERREIRA, 2018).

Assim, em uma avaliação geriátrica abrangente são identificadas as síndromes geriátricas, de etiologia multifatorial e por isso exigem o cuidado interdisciplinar à saúde do idoso (MORIGUCHI et al., 2016). Quedas em idosos é um dos tópicos mais expressivos entre as síndromes, sofre influência de fatores intrínsecos e extrínsecos e está associada à fraturas e sequelas ou até morte. No entanto, os idosos nem as famílias e muitas vezes os profissionais de saúde não reconhecem as quedas como uma questão de saúde pública (CHAIMOWICZ, 2013).

Vale ressaltar que a cada ano cerca de um terço dos adultos com mais de 65 anos que vivem em suas residências sofrem uma queda. O risco de quedas pode ultrapassar 50% nos idosos com mais de 85 anos, considerando esse risco também para os que vivem em lares para idosos. E ainda, quase dois terços dos idosos que sofreram uma queda no último ano cairão novamente (KANE, 2015).

Diante do exposto, a promoção da saúde, inclusa no programa de prevenção de quedas e agravos, é de uma grandeza ímpar. Há a necessidade de avaliação acerca das necessidades da população e a conseqüente abordagem realizada pela equipe deve revelar causas possíveis para a queda, a fim de elaborar estratégias para corrigir esses fatores e gerar impacto positivo na saúde e na qualidade de vida dos idosos (VILELA, MOARES, LINO, 2008).

Dada a importância desse tema e considerando o panorama local, foram desenvolvidas ações com idosos em risco ou com histórico de quedas e agravos. Assim, o objetivo deste trabalho foi relatar a experiência de educação em saúde com idosos domiciliados do Bairro Walfredo Gurgel no município de Caicó/RN.

## **METODOLOGIA**

Trata-se de um relato de experiência, que com base em uma construção teórico-prática se propõe ao refinamento de saberes sobre a experiência em si, a partir do olhar do sujeito-pesquisador em um determinado contexto cultural e histórico. Sendo considerado, portanto, um importante produto científico na contemporaneidade (DALTRO, 2019).

O cenário da experiência partiu de visitas domiciliares para atividades de educação em saúde com idosos sobre quedas e possíveis agravos, realizadas por equipe multiprofissional e alunos de enfermagem. A equipe foi composta por profissionais da Residência Multiprofissional em Atenção Básica da Escola Multicampi de Ciências Médicas (EMCM), contando com psicólogo, fisioterapeutas e farmacêutico já atuantes na unidade de saúde. Esta unidade de saúde era composta por um quadro de duas enfermeiras, duas médicas, dez agentes comunitários de saúde, quatro técnicos de enfermagem, uma dentista, uma auxiliar de saúde bucal, um auxiliar de serviços gerais, e uma administradora.

As ações educativas foram desenvolvidas em Estágio Supervisionado III, por acadêmicos do Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade do Estado do Rio Grande do Norte (UERN) e uma docente orientadora da mesma instituição. O Estágio contemplou as etapas de captação, planejamento, execução e avaliação da proposta de intervenção, realizadas em agosto de 2019. Foram trabalhadas temáticas de acordo com a necessidade das pessoas do bairro e possibilidades aos profissionais da ESF.

As intervenções ocorreram nos dias 16, 20, 22, 27 e 29 de agosto de 2019. A atividade do dia 16 foi realizada no turno vespertino, e os demais dias foram pela manhã, entre 9:00 e 10:00 horas, tendo em vista a disponibilidade dos idosos. Os encontros contaram com a participação de uma enfermeira da unidade, acadêmico de enfermagem, residentes da EMCM e da professora coordenadora, com duração em cerca de 50 minutos. As atividades eram conduzidas pelo acadêmico de enfermagem, e os profissionais da residência davam apoio em momentos específicos da intervenção, quando assuntos sobre alimentação, medicamentos e atividades de mobilidade corporal eram abordados.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Foram realizadas atividades em cinco domicílios de idosos, abordando o tema Risco de quedas em idosos domiciliados e avaliação de possíveis agravos.

No primeiro momento, a idosa, acompanhada pelo psicólogo residente da EMCM, avaliou pontos da casa onde apresentassem risco de cair e recebeu a tarefa de marcá-los com adesivos “Risco de Quedas” e “Cuidado, Batentes”, além da Placa “Ande devagar, risco de quedas” para corredores. Esta atividade possibilitou a reflexão sobre as vivências dos idosos e a construção do autocuidado, já que em muitos casos há deficiência de informações sobre o

processo de envelhecimento e alertas necessários, estando conseqüentemente mais expostos a riscos (CHEHUEN NETO, 2018).

No segundo encontro, o tema foi abordado com outra idosa que já havia caído em seu domicílio, e ocorreu semelhante à intervenção anterior. Neste caso, dois fisioterapeutas residentes da EMCM ensinaram atividades à idosa e cuidadora para auxiliar na recuperação, com entrega também da Placa “Ande devagar, risco de quedas”. Diante de histórico de quedas mais um fator é criado, o medo de outro episódio, o que limita o desempenho do idoso nas atividades diárias, contribuindo para a inatividade e o declínio da capacidade funcional, por isso há necessidade de orientação e avaliação constante (TEIXEIRA et al, 2019).

No terceiro momento, a intervenção ocorreu com duas idosas com histórico de quedas, tendo a mais velha de 85 anos fraturado o fêmur na última queda. As orientações foram sobre uso de medicações pelo farmacêutico residente da EMCM e atividades de fisioterapia pela fisioterapeuta residente da EMCM. Ao final, o ambiente foi marcado com adesivos e foi entregue a placa como nas intervenções anteriores. Vale destacar os efeitos de medicamentos como fator a maior ocorrência de quedas em idosos, necessitando sempre de ponderação orientada por profissionais entre os riscos e benefícios no uso destes (TOMAZ et al, 2017).

No quarto momento, além de trabalhar o tema sobre Risco de Quedas, foi introduzida a temática sobre Prevenção de Agravos Pós Queda e Risco de LPP, considerando que a idosa apresentou LPP, já cicatrizada ao momento. As orientações foram também acerca de alimentação balanceada, atividades físicas que ajudem no fortalecimento do corpo, e uso de creme de barreira para prevenção de outras lesões, variáveis importantes que se identificadas precocemente e tratadas devidamente, preferencialmente na atenção básica, diminuem chances de recorrência e hospitalizações (VIEIRA, 2018).

No quinto momento, a abordagem foi semelhante à anterior, tendo em vista a idosa possuir sequelas de Acidente Vascular Cerebral. Além disso, foi orientado aos cuidadores a importância de uma alimentação saudável, cuidados com a pele para evitar LPP e orientação sobre movimentação corporal para auxiliar na melhora do funcionamento do lado acometido. Ponderações, estas, necessárias em vista da prevalência de lesão por pressão em pacientes acamados em domicílio, incluindo idosos com doenças de base, a exemplo expressivo do AVC e sequelas (AYALA, 2017).

Nesse cenário, aponta-se o desenvolvimento de tecnologias educacionais nas modalidades táteis e auditivas, expositivas e dialogais, impressas e audiovisuais, como

estratégias metodológicas para o processo de educação em saúde do idoso (TEIXEIRA, 2010), de acordo com os recursos disponíveis e objetivos das ações.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A heterogeneidade do processo de envelhecimento requer uma adaptação de inúmeros setores da sociedade. Nas estratégias em saúde, inclusive, tal adaptação deve ocorrer de forma muito significativa, considerando os atores principais – os idosos - e os profissionais de saúde, através do trabalho multiprofissional, associados a familiares e/ou cuidadores.

Dessa forma, o desenvolvimento de atividades de educação em saúde é validado pelos atributos básicos da Atenção Primária em saúde, referentes à integralidade do cuidado, a partir da promoção, proteção, prevenção, recuperação e reabilitação da saúde.

Nesse contexto, as atividades relatadas permitiram atender às demandas dos idosos e familiares/ cuidadores e admitem possibilidades de impacto positivo a curto prazo, através do esclarecimento e alerta sobre riscos cotidianos de quedas e consequentes sequelas.

Recomenda-se então, que instituições e alunos fortaleçam cada vez mais a relação do serviço-ensino-comunidade, pois reforça o serviço prestado como direito da população, além de gerar experiências enriquecedoras como futuros profissionais.

**Palavras-chave:** Saúde do idoso; Educação em Saúde; Atenção Primária à Saúde; Quedas.

## REFERÊNCIAS

AYALA, Arlene Laurenti M. et al. Cuidados de enfermagem na prevenção de úlcera por pressão em pacientes acamados no domicílio. *Semina: Ciências Biológicas e da Saúde*, v. 37, n. 2, p. 25-38, 2017.

BRASIL. Ministério da Saúde. Gabinete do Ministro. Portaria Nº 2.436, 21 de setembro de 2017. Aprova a Política Nacional de Atenção Básica, estabelecendo a revisão de diretrizes para a organização da Atenção Básica, no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS). *Diário Oficial da União, Brasília, DF, 22 set. 2017. p. 68.*

CHAIMOWICZ, Flávio. Saúde do idoso. Núcleo de Educação em saúde coletiva/ UFMG. 2013

CHEHUEN NETO, José Antonio et al. Percepção sobre queda e exposição de idosos a fatores de risco domiciliares. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 23, p. 1097-1104, 2018.



DALTRO, Mônica Ramos; DE FARIA, Anna Amélia. Relato de experiência: Uma narrativa científica na pós-modernidade. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, v. 19, n. 1, p. 223-237, 2019.

FERREIRA, Andressa Christiny da Silva; MATTOS, Magda de. Atenção multiprofissional ao idoso em condição crônica na Estratégia Saúde da Família. *Rev. bras. promoç. saúde (Impr.)*, p. 1-10, 2018.

GLERIANO, Josué Souza et al. Atenção integral na percepção dos profissionais da Estratégia Saúde da Família. *Rev. enferm. UFPE on line*, p. [1-9], 2019.

IBGE. Projeções e estimativas da população do Brasil e das Unidades da Federação. 2018. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br/apps/populacao/projecao/>. Acesso em: 12 mai. 2020.

KANE, Robert L. et al. *Fundamentos de geriatria clínica-7*. AMGH Editora, 2015.

MORIGUCHI, YUKIO. *Entendendo as síndromes geriátricas*. EDIPUCRS, 2016.

ROCHA, P. A prática dos grupos educativos por enfermeiros na atenção primária à saúde. 2014. Tese de Doutorado. Dissertação (Mestrado em Enfermagem)-Universidade Federal de Juiz de Fora, Juiz de Fora.

TEIXEIRA, Darkman Kalleu da Silva et al . Falls among the elderly: environmental limitations and functional losses. *Rev. bras. geriatr. gerontol.*, Rio de Janeiro , v. 22, n. 3, e180229, 2019 .

TOMAZ, Sheila Alves Gomes et al. Prevalência de quedas em idosos devido ao uso de benzodiazepínicos e diuréticos. *Revista Uningá*, v. 52, n. 1, 2017.

VIEIRA, Chrystiany Plácido de Brito; ARAUJO, Telma Maria Evangelista de. Prevalência e fatores associados a feridas crônicas em idosos na atenção primária. *Rev. esc. enferm. USP* , São Paulo, v. 52, e03415, 2018.

VILELA, Ana Lucia; MOARES, E. N.; LINO, Valeria. *Grandes Síndromes Geriátricas*. Borges APA, Coimbra AMC, organizadores. *Envelhecimento e saúde da pessoa idosa*. Rio de Janeiro: Fundação Oswaldo Cruz, p. 193-268, 2008.