

## INSTABILIDADE POSTURAL: QUEDAS EM IDOSOS

Área de concentração: Enfermagem Assistencial

Alda Gildilene Batista de Araújo<sup>1</sup>; Maria Aline Pereira de Sousa<sup>2</sup>; Karla Aniely Ferreira Nunes<sup>3</sup>; Elaine Maria Dias de Medeiros França<sup>4</sup>;

<sup>1</sup> Faculdades Integradas de Patos, alda-gil@hotmail.com.br

<sup>2</sup> Faculdades Integradas de Patos, allinenunes6@gmail.com

<sup>3</sup> Faculdades Integradas de Patos, nunesaniely@gmail.com

<sup>4</sup> Faculdades Integradas de Patos, elainy.de@bol.com.br

**INTRODUÇÃO:** A postura está relacionada à coordenação, ao equilíbrio e ao controle postural. Um dos principais problemas associados ao envelhecimento humano é a redução da habilidade para controlar a postura e a marcha. Estima-se que a prevalência de queixas de equilíbrio nessa população chega a 85%, gerando disfunção biomecânica e dependência funcional, podendo resultar em quedas frequentes responsáveis por aproximadamente 70% das mortes acidentais nos idosos. Instabilidade postural deve ser encarada como um dos mais importantes sintomas em geriatria, já que aos dados epidemiológicos apontam expressivo aumento da mortalidade em idosos que caem com frequência, mesmo se excluindo os óbitos causados pelo trauma. **METODOLOGIA:** O método utilizado para o desenvolvimento da temática em discussão foi decorrente de uma revisão descritiva de natureza descritiva. A busca das publicações foi indexada nas seguintes bases de dados: Google acadêmico, Ministério da Saúde (MS), scientific Electronic library online (SCIELO). **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** O presente trabalho teve como objetivo analisar na literatura a relação entre a instabilidade postural e quedas em idosos. Instabilidade postural é identificada a partir de uma série de fatores, como a idade, a falta de equilíbrio, sedentarismo, doenças crônicas e o ambiente, que tem que ser identificados e prevenidos. Geralmente as quedas ocorrem no ambiente domiciliar, no momento em que o idoso realiza suas atividades cotidianas, como por exemplo, ir ao banheiro, subir e descer escadas ou trabalhar nas tarefas domésticas, sendo que as fraturas são a consequência mais comum resultante deste evento. A falta de equilíbrio é uma característica das pessoas idosas e constitui um dos principais responsáveis pela ocorrência de quedas nesta população. **CONCLUSÃO:** A prevalência de queda em idoso tem principal relação com a instabilidade postural, porém, a sua moradia tem grande influência ao aumento de quedas. A falta de informação e adaptação tem trazido grandes prejuízos não só físicos, mas psicológico, visto que após o trauma o idoso tem receios de voltar as suas atividades cotidianas causando sofrimento ao mesmo, e aos seus familiares.

**Palavras-Chave:** Idoso, Postura, Queda.