

# PREVENÇÃO DE QUEDAS EM IDOSOS: ESTUDO REFLEXIVO

## PREVENTION OF FALLS IN THE ELDERLY: A REFLECTIVE STUDY

Nathalia Claudino do Nascimento<sup>1</sup>

Lutigard Feitosa Rodrigues<sup>2</sup>

Solange Torres Di Pace Maranhão<sup>3</sup>

Mateus de Lima Ferreira<sup>4</sup>

Maria Carolina Salustino dos Santos<sup>5</sup>

**Resumo:** O idoso representa uma das fases do ciclo de vida humano, está mais susceptível ao acometimento de quedas, devido as doenças crônicas e ao próprio processo de envelhecimento. Este estudo é reflexivo, sintetiza-

do conforme a leitura de artigos, livros e diferentes conteúdos no ano de 2022. Percebeu-se que a prevenção é o melhor caminho para evitar maiores danos à saúde da pessoa idosa.

---

1 Enfermeira. Mestra em Enfermagem. Centro Universitário de João Pessoa

2 Enfermeiro pela Universidade Federal da Paraíba, especialista em cuidados paliativos pela Universidade Federal da Paraíba. Enfermeiro assistencial do hospital Napoleão Laureano.

3 Enfermeira. UNESC (União de Ensino Superior de Campina Grande PB)

4 Estudante de Enfermagem. Faculdade Anhanguera.

5 Mestra em Enfermagem. Universidade Federal da Paraíba



**Palavras chaves:** Prevenção; Quedas; Idosos.

**Abstract:** The elderly represent one of the phases of the human life cycle, they are more susceptible to falls, due to chronic diseases and the aging process itself. This study is reflective, synthesized according to the reading of articles, books and different contents in the year 2022. It was noticed that prevention is the best way to avoid further damage to the health of the elderly.

**Keywords:** Prevention; falls; Seniors.

A queda no idosos ocorre por fatores intrínsecos ou extrínsecos, no qual ocorre um processo de deslocamento sem intenção, diante de um nível inferior ao corpo (TORRES et al., 2016; SANTOS et al., 2021;

BRASIL, 2021). A principal e mais frequente causa é o envelhecimento, correspondente à tendência de lentidão dos mecanismos corporais centrais importantes para os reflexos posturais. Podem estar associadas a doenças específicas: perda de consciência; doença de Parkinson; distúrbios da marcha, postura e do equilíbrio; demências; distúrbios de percepção ambiental; ataques súbitos de quedas sem perda da consciência, os chamados drop attacks (TORRES et al., 2016; SANTOS et al., 2021; BRASIL, 2021).

Ressalta-se que a queda, como evento multifatorial, deve ter seu foco de prevenção no ambiente seguro, e nos hábitos e atitudes do idoso que podem representar risco. Desta forma, a autonomia, a capacidade funcional e a independência são aspectos importantes a serem analisa-



dos na determinação das quedas (TORRES et al., 2016; SANTOS et al., 2021; BRASIL, 2021).

A autonomia é a capacidade de decisão, quando o idoso tem condições de fazer suas próprias escolhas. A independência ocorre quando o idoso tem capacidade de realizar determinadas tarefas com seus próprios meios. Tanto a independência como a dependência são situações que só existem em relação a alguém ou alguma situação. Assim, é possível observar numa mesma pessoa independência financeira e dependência afetiva; considerando que a dependência é uma característica relacionada a outros, e não uma questão individual (TORRES et al., 2016; SANTOS et al., 2021; BRASIL, 2021).

Para entender a fragilidade no idoso, faz-se necessário que o enfermeiro esteja atento não só às alterações físicas e fi-

siológicas advindas do processo de envelhecimento, mas também para possíveis alterações da dinâmica familiar e de como o idoso se sente dentro do seu contexto, visto que uma situação de dependência e redução da capacidade funcional tem grande repercussão na vida das pessoas, por envolver questões de natureza não só biológica ou física, mas também emocional e social (TORRES et al., 2016; SANTOS et al., 2021; BRASIL, 2021).

A enfermagem tem papel importante na prevenção de quedas de idosos hospitalizados, em virtude de suas intervenções preventivas, reforçando a ideia que o enfermeiro tem capacidade e independência para realizar tal tarefa. O enfermeiro enquanto membro da equipe de saúde, tem papel fundamental no desenvolvimento de ações específicas voltadas para a saúde da



peessoa idosa. Sua contribuição é relevante no contexto do cuidado e pode ampliar a capacidade resolutiva do serviço de saúde, na implementação de estratégias qualificadas de atendimento nos diferentes níveis de atenção (TORRES et al., 2016; SANTOS et al., 2021; BRASIL, 2021).

A avaliação da capacidade funcional das pessoas idosas permite ao enfermeiro e à equipe multidisciplinar, ampliação do olhar observacional quanto à severidade de doenças e ao impacto de comorbidades (TORRES et al., 2016; SANTOS et al., 2021; BRASIL, 2021). A manutenção da autonomia do idoso e independência na realização das atividades de vida diária é significativa na vida das pessoas idosas, pois envolve questões de natureza emocional, física e social, bem como impacta na organização, funcionalidade e qualidade

dos serviços de saúde.

## REFERÊNCIAS

BRASIL. Manual de prevenção de quedas em idosos. 2021.

FERNANDES DOS SANTOS, P. H.; SAMPAIO, D. G.; STIVAL, M. M.; LIMA, L. R. de; SANTOS, W. S.; FUNGHETTO, S. S. Intervenções de enfermagem para prevenção de quedas em idosos na atenção primária: revisão integrativa. *Revista Enfermagem Atual In Derme*, [S. l.], v. 95, n. 34, p. e-021089, 2021. DOI: 10.31011/reaid-2021-v-95-n.34-art.1104. Disponível em: <https://revistaenfermagematual.com/index.php/revista/article/view/1104>. Acesso em: 15 jun. 2022.

TORRES, S.B.F et al. Papel da enfermagem na prevenção de



quedas em idosos: uma revisão  
bibliográfica. CIEH, 2016.

