



***Especialização em Saúde da Família – Modalidade a distância – Profissionais da  
Atenção Básica – UNA-SUS***

**Dra. Lesvia Morales Obregon**

**Proposta de Intervenção Educativa para modificar fatores de  
risco de imobilidade em pessoas idosas da equipe Ouro,  
UBS Parque São Bernardo**

**Orientador: Prof. Patrícia Nieri Martins.**

**São Bernardo do Campo/SP  
2015**

## Sumário

<b>1. Introdução .....</b>	<b>2</b>
<b>2. Objetivos .....</b>	<b>4</b>
<b>2.1 Geral .....</b>	<b>4</b>
<b>2.2 Específicos .....</b>	<b>4</b>
<b>3. Metodologia .....</b>	<b>5</b>
<b>3.1 Sujeitos envolvidos no benefício da intervenção .....</b>	<b>5</b>
<b>3.2 Cenário da intervenção.....</b>	<b>5</b>
<b>3.3 Estratégias e ações.....</b>	<b>5</b>
<b>3.4. Avaliação e Monitoramento.....</b>	<b>5</b>
<b>4. Resultados Esperados .....</b>	<b>5</b>
<b>5. Cronograma .....</b>	<b>7</b>
<b>6. Referências.....</b>	<b>8</b>

## INTRODUCCAO

A síndrome da imobilidade é uma das consequências mais graves da doença que pode sofrer um ancião, tem origem multifatorial, é associada a vários fatores que uma vez estabelecidos facilitam o desenvolvimento de complicações em vários sistemas. A imobilidade é a diminuição da capacidade de realizar atividades da vida diária, como resultado das funções motoras prejudicadas que determinam a limitação funcional da prostração e dependência progressiva é um quadro clínico potencialmente reversível e evitável.<sup>1</sup>

O 1% dos idosos encontra-se imobilizado de maneira absoluta, aproximadamente 18% das pessoas com mais de 65 anos têm dificuldade para a mobilização desassistida, 50% das pessoas acima de 75 têm dificuldade para sair de casa, e 33% dos idosos com imobilidade aguda morre em um prazo de 3 meses e mais de um 50% aos 12 meses.<sup>1</sup>

Nos idosos imobilizados as alterações fisiológicas próprias do envelhecimento será reforçada. Após uma imobilidade prolongada ocorrem mudanças em vários órgãos e sistemas que tendem a perpetuar a síndrome, os sistemas mais afetados são o músculo esquelético e cardiovascular.<sup>2</sup>

A mobilidade ou a capacidade para se mover no meio circundante do indivíduo é essencial dispor de autonomia, sendo um componente essencial da vida humana, a capacidade de mobilização é um indicador da saúde das pessoas idosas e de sua qualidade de vida, porém determina o grau de dependência. O idoso imobilizado se considera um indivíduo de alto risco para a ocorrência de complicações médicas.<sup>2,3</sup>

Nos idosos em risco de imobilidade ou imobilidade se deve estabelecer objetivos a curto, médio e quantificar você tem e não o que você perdeu e fazer reabilitação em qualquer fase da imobilidade. A importância de uma avaliação geriátrica integral com escalas padronizadas, com alta especificidade e sensibilidade, é essencial para prevenir, identificar e monitorar os fatores de risco de imobilidade.<sup>3,4</sup>

As estatísticas mostram que até 20% dos adultos mais velhos nos países em desenvolvimento têm grandes dificuldades em movimento e metade deles estão em estado de prostração. Em Chile cerca de 7% dos idosos estão acamados.<sup>5</sup>

Vários estudos têm avaliado a prescrição do exercício físico e manter a atividade física como a melhor maneira de prevenir a imobilidade e diminuir o risco de progressão ou fragilidade em pessoas mais velhas, diminui a ansiedade, agressividade e sintomas depressivos e promove a socialização.<sup>5,6</sup>

É de grande importância para a prática médica e o desenvolvimento deste tópico para conhecer alguns fatores de risco biológicos que podem predispor

o idoso a reduzir a sua atividade física, entre eles estão: circulação, neurológicos, metabólicos, musculoesquelético e outros como: quedas, incontinência e drogas.<sup>7,8</sup>

Há uma tendência clara para identificar falta de mobilidade em idosos. Os estudos que examinam a atitude dos médicos e profissionais de saúde que lidam com este problema mostram que raramente as diferentes situações de imobilidade são expostas no prontuário, mesmo muito frequente pessoas que trabalham com Idosos não são capazes de definir o grau de capacidade funcional de seus pacientes .O objetivo é recuperar a mobilidade nos casos em que seja possível e otimizar a qualidade de vida para esse grupo populacional ou, pelo menos, evitar a progressão para um grau maior de deficiência .<sup>9,10,11</sup>

Sendo a imobilização um problema frequente na fase geriátrica é preciso identificar e modificar fatores de risco biológicos, através da equipe de saúde da família, para evitar que esses pacientes chegam a deficiência ou imobilização completa e alcançar um nível de vida mais saudável por isso fomos motivados a realizar este trabalho

## **2 – Objetivos**

### **2.1 Objetivos gerais**

- Projetar proposta de intervenção educacional para modificar os fatores de risco de imobilidade em pessoas idosas da equipe Ouro, UBS Parque São Bernardo.

### **2.2 Objetivos específicos**

- Caracterizar por grupo de idade e gênero.
- Avaliar os conhecimentos sobre fatores de riscos biológicos y psicológicos.
- Determinar o conhecimento dos cuidadores acerca da capacidade física.
- Identificar as complicações locais e sistêmicas mais frequentes.

### 3. Metodologia

Será realizado um estudo descritivo transversal com o objetivo de desenhar uma proposta de intervenção educacional para modificar os fatores de risco de imobilidade em pessoas idosas da equipe Ouro.

3.1. Cenário da Intervenção: A UBS Parque São Bernardo, no município de São Bernardo do Campo.

**3.2 Sujeitos envolvidos no benefício da intervenção:** os idosos residentes na área de da equipe Ouro, que preenchem os critérios de inclusão e exclusão da investigação:

- Disponibilidade para participar de uma pesquisa.
- Idade.

Critérios de exclusão:

- Recusa de idosos a participarem na investigação (ver consentimento informado: ANEXO 1).

Seleção de dados primários.

Os dados primários serão coletados a partir da história clínica individual e através de entrevistas com os anciãos pelo autor da pesquisa através de um questionário (ver anexo 3), projetado em relação aos objetivos.

### 3.3. Estratégias e Ações

Em conjunto com a equipe, o questionário será aplicado, durante o atendimento médico, mediante consentimento prévio do paciente. A aplicação do mesmo permitirá avaliar os dados como uma ferramenta estatística.

Os resultados deste trabalho deverão ser discutidos mensalmente nas reuniões de equipe com a identificação dos principais fatores de risco para modificar lhes e diminuir a incidência das complicações da Síndrome de imobilidade.

Nas reuniões de equipe se capacitaram as ACS para melhorar o conhecimento dos fatores de risco da Síndrome de imobilidade em pessoas idosas.

### 3.4. Avaliação e Monitoramento

Será utilizado como parâmetro de monitoramento e avaliação, o relatório do Sistema de Informação da Atenção Básica gerado até Janeiro de 2015, referente ao quantitativo de casos novos de complicações de síndrome de imobilidade em pessoas idosas. Mensalmente será gerado novo relatório até o final deste trabalho.

Realizara-se uma encosta posterior as capacitações para conhecer se melhora o grau de conhecimento dos usuários e família.

#### **4. Resultados Esperados**

A pesquisa ajudará às pessoas idosas e as famílias a melhorar os conhecimentos sobre como evitar o síndrome de imobilidade e suas complicações, uma vez que saibam que o envelhecimento é um processo contínuo, heterogêneo, universal e irreversível que determina uma perda de capacidade de adaptação de cada um e que ele não constitui uma doença.

Espera-se com o este trabalho, que cada Médico Geral ao receber o conhecimento apresentado no mesmo, comportam-se como cadeia de transmissão, difusão de conceitos e critérios que ajudam a melhorar a consciência social sobre as características, problemas e necessidades daqueles que conseguem chegar a uma etapa da vida, que não por ser o último, deve ser necessariamente o pior.

Tais resultados são esperados a curto, médio e longo prazo, a depender do envolvimento da equipe e da população.

## 6 - Cronograma

Atividades	Agosto 2014	setembro 2014	outubro 2014	novembro 2014	dezembro 2014	Janeiro 2015	fevereiro 2015
Elaboração do projeto		X	X				
Estudo do referencial teórico	X	X	X	X	X	X	X
Coleta de dados					X	X	
Discussão e análise dos Resultados					X	X	X
Revisão final e digitação						X	X
Entrega do trabalho final						X	
Socialização do trabalho							X



## 7- Referencias bibliográficas

1. Murta Blasco Rubio. Grandes Síndromes Geriátricos. 2009-2010
2. Milián José. Inmovilidad, inestabilidad y caídas. En: Geriatria y gerontología. 2010
3. Rafael González Guzmán, Juan Manuel E. Castro Albarrán. Promoción de la Salud en el ciclo de vida. Mc. Graw. Hill. Marzo 2011.
4. Pilar Durante Molina. Pilar Pedro Tarres. Terapia ocupacional en Geriatria. Elsevier. Masson. Tercera edición 2010.
5. El Sawi, Bassem, et al. Physical Activity Guidelines for older Adults. En, American Family Physician. 2010 jan.
6. Brooke Salzman. Gait and Balance Disorders in Older Adults. En, American Family Physician. 2010 jul.
7. G. Millán, P. Morales. Síndrome de inmovilidad. En, Trujillo Z. Latinoamérica Envejece. Vision gerontológica-geriátrica. 2007.
8. Lee, Ting, et al. Factors related to the prevention and management of pressure ulcers. En, CIN, Computers, Informatics, nursing and Month. 2012.
9. Housein Adbo Selman E. Cuba el país para vivir 120. Marzo 2010.
10. Romero, Ángel, et al. Inmovilidad en el anciano, Causas, consecuencias y tratamiento. En Revista Asociación Colombiana de Gerontología y Geriatria. Vol. 21 No. 3-2007.
11. Torres, Rosalía, et al. Inmovilidad. En, tratado de geriatría. Capítulo 20. 2007.

**Bibliografía consultada**

- Sinatra RG.El debate en torno a la promoción de salud y la educación para la salud.Rev.Cub.Sal.Pub.(on line).Abril-junio 2007,vol.33.
- Perez M,Brito.Educación para la salud y la estrategia de salud de la población.Rev.Cub.Sal.Pub.(on line).Abril-junio 2007,vol.33.
- Vida y Estilo. Página electrónica ofrece consejos médicos y Legales. Print HTML Enero 2003 (Visitado mayo 2011)
- “Grandes secretos de una Longevidad Sana” [Fecha de acceso 7 de noviembre del 2011]  
disponible en: <http://www.prodigyweb.net.mx/link99/pag12.htm>