

Título: **Preservação da autonomia e independência em idosos: Os desafios para a Atenção Básica na prevenção de quedas no domicílio**

Nome da aluna: Ana Paula Mutti Reis

Nome do Orientador: Érico Marcos Vasconcelos

Introdução:

Contextualização do Problema:

Aproximadamente 30% dos indivíduos com mais de 65 anos de idade caem ao menos uma vez por ano, dos quais a metade de forma recorrente (1). As quedas para os idosos possuem um significado muito relevante, pois podem leva-lo à incapacidade, injúria e morte. Seu custo social é imenso e torna-se maior quando o idoso tem diminuição da autonomia e da independência ou passa a necessitar de institucionalização (2).

Exemplo da literatura sobre o Problema:

O frequente aumento da população de idosos é percebido mundialmente, inclusive no Brasil. No ano 2025, seremos a sexta população mundial em número de idosos (3). As pessoas envelhecidas, mesmo as que não possuem doenças, debilitam-se paulatinamente devido às alterações fisiológicas que acontecem com o avanço da idade e limitam as funções do organismo, tornando-as cada vez mais predispostas à dependência para a realização do autocuidado, à perda da autonomia e da qualidade de vida (4).

O presente estudo é relevante tendo em vista que o perfil da população atendida na Estratégia Saúde da Família Jardim Brasil, em Araraquara - SP, é de 580 idosos acima de 65 anos, que corresponde a 23,20% da população total, sendo que aproximadamente 14 desses idosos, equivalente a 2,5% , já sofreram quedas no domicílio pelos menos uma vez ao ano. Diante do exposto há necessidade de promover estratégias de prevenção dos riscos de quedas em idosos no domicílio, e, com isso, preservar sua autonomia, e independência contribuindo com uma melhor qualidade de vida dessa população.

Objetivos:

Geral: O objetivo desse estudo será elaborar uma proposta de intervenção para prevenir e/ou minimizar riscos de quedas em idosos da área de abrangência da ESF Jardim Brasil no Município de Araraquara - SP.

Específicos:

- 1- Sensibilizar a equipe da ESF em relação à importância clínica e epidemiológica das quedas em idosos
- 2- Capacitar os agentes comunitários de saúde da equipe da ESF para identificar os fatores de risco de quedas e suas consequências para a pessoa idosa, possibilitando maior disseminação das orientações no território.
- 3- Relacionar os fatores de risco ambientais mais importantes e orientar o idoso e sua família quanto às principais medidas preventivas

Método:

Local: Estratégia Saúde da Família Jardim Brasil - Araraquara - SP

Público - alvo: População idosa assistida pela ESF

Participantes: Cuidadores de idosos, seus familiares, profissionais que atuam no atendimento destes pacientes em serviços de atenção primária à saúde e população em geral.

Ações:

1- Estratégia de divulgação do projeto: Projeto de Intervenção terá 6 encontros, sendo palestras semanais de uma hora de duração, com uma abordagem multiprofissional, onde todos os membros da equipe estejam envolvidos nas realizações das ações planejadas, cada um segundo sua especialidade médico, enfermeiro, técnico ou auxiliar de enfermagem, agentes comunitários de saúde, psicólogo, fisioterapeuta (NASF) e equipe odontologia.

2- Cronograma dos encontros:

- 1º Encontro: Será desenvolvido treinamento com a equipe da ESF para prevenção de quedas no idoso - Responsável: Médico e Enfermeiro da ESF
- 2º Encontro: Será desenvolvido capacitação para os agentes comunitários de saúde para identificar fatores de risco extrínsecos para quedas em domicílio - Responsável: Enfermeiro da equipe da ESF
- 3º Encontro: Será realizado orientação aos idosos, cuidadores e familiares sobre os riscos extrínsecos e medidas de adequação do ambiente domiciliar para diminuir os riscos para quedas - Responsável: Toda a equipe da ESF
- 4º Encontro: Será realizado uma avaliação global do idoso pelo médico, avaliação do estado psicológico e encaminhamento se necessário. Será identificado os fatores que provocam a queda - Responsável: médico, psicólogo e enfermeiro da ESF
- 5º Encontro: Será desenvolvida uma atividade de fortalecimento muscular e estímulo a prática de atividade física para melhorar a qualidade de vida dos idosos - Responsável: fisioterapeuta
- 6º Encontro: Será apresentado um vídeo sobre envelhecimento saudável e encerramento com uma confraternização entre os participantes

Avaliação/monitoramento: Para a avaliação da satisfação dos participantes em relação aos encontros será aplicado um questionário estruturado

com questões sobre avaliação das palestras quanto à didática, conteúdo, aplicabilidade da proposta na prática, adequação da carga horária, havendo espaço para críticas e sugestões. Este instrumento será respondido imediatamente após o término das palestras, sendo dispendidos 15 minutos em média para o seu preenchimento.

Monitoramento: Será realizada pelo gestores locais e Secretaria da Saúde.

Resultados Esperados: Através das ações mencionadas, espera-se que haja maior conhecimento e conscientização sobre a importância de realizar a prevenção de quedas e formas de praticá-la, objetivando a redução da ocorrência de quedas e preservando a autonomia e independência dos idosos nas suas atividades de vida diária e prática.

Referências:

MAIA,B.C. et al. Consequências das quedas em idosos vivendo na comunidade. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, Rio de Janeiro, 2011. Disponível em www.scielo.br/pdf/rbagg/v14n2>. Acesso em: 08 out.2016 (1).

RODRIGUES, Rosalina; FABRÍCIO, Suzele; COSTA JUNIOR, Moacyr Lobo. Causas e Consequências de Quedas de Idosos Atendidos em Hospital Público. **Revista Saúde Pública**. vol. 38, nº 1, São Paulo, 2004. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rsp/v38n1/18457.pdf>>.Acesso em: 15 Set.2016 (2).

SILVA,A.O. et al. Avaliação do Risco de Quedas em Idosos Atendidos em Unidade Básica de Saúde. **Revista da escola de enfermagem da USP**, vol.46, nº 2, São Paulo, 2012. Disponível em:http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342012000200008> Acesso em: 18 Set.2016 (3).

SILVA,E.A.M. et al. Causas e Consequências da Queda em Idosos Atendidos em Urgência e Emergência. **Revista Eletrônica de Enfermagem do Centro de Estudos de Enfermagem e Nutrição**, 2010. Disponível em: <http://www.ceen.com.br/midias/downloads/12022014183928.pdf>>. Acesso em: 09 out. 2016 (4).