



RISCO DE QUEDAS EM IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS: UMA AVALIAÇÃO MULTIPROFISSIONAL

FEDLMANN, Lidiane Requia Alli¹; MORAES, Jonathas da Silva²; PEREIRA, Lucimara de Souza²; MARTINS, Jadiane Fucilini²; CRUZ, Kelly Pereira da²; VIEIRA, Daniel²; FRANCO, Rebecca Moreira².

Introdução: O envelhecimento é um fenômeno presente em nossa sociedade, é um processo no qual ocorre o declínio das funções corporais, tais como a sarcopenia, a osteopenia, perda de mobilidade, de equilíbrio e de força que podem dificultar a rotina, causar dependência para atividades de vida diárias e aumentar os riscos de desequilíbrio corporal causando quedas. Há também o crescente número de idosos residentes em Instituições de Longa Permanência (ILPI). A condição de saúde de idosos institucionalizados tende a apresentar características diferenciadas dos idosos não institucionalizados, em parte influenciada pela redução da rede de suporte social, acesso precarizado a serviços e tratamentos adequados de saúde. Isto nos sinaliza sobre a importância de acompanhamento sistemático desta população nos quesitos mobilidade, funcionalidade e fragilidade. **Objetivo:** Avaliar o risco de quedas de idosos residentes em uma ILPI, de caráter social, na cidade de Canoas. **Metodologia:** O presente trabalho foi desenvolvido por docentes e acadêmicos vinculados ao Núcleo de Atenção Geronto-Geriátrica da Ulbra/Canoas (NEAGG), das áreas de educação física, enfermagem, medicina, biomedicina, farmácia, fonoaudiologia e serviço social. A amostra foi composta por 20 idosos, com média de $77,2 \pm 7,3$ anos, de ambos os sexos. Para avaliar o risco de quedas foi utilizado o teste "Timed Up and Go" (TUG), que consiste em o idoso levantar-se de uma cadeira e percorrer 2,5m em um menor tempo possível e sentar-se novamente. As análises de dados foram realizadas através do software estatístico SPSS, versão 25.0, verificando média e desvio padrão. **Resultados:** Os idosos participantes da amostra apresentaram uma média de $23,74 \pm 17,17$ segundos. Estes resultados indicam maior risco de quedas potencializando o risco de morbidades crônicas, distúrbios musculoesqueléticos e fator de risco para síndrome de fragilidade. **Conclusão:** Os idosos participantes deste estudo encontram-se com maior risco de quedas, indicando fragilidade no seu estado de saúde. Sugere-se a inclusão de práticas de atividades físicas que estimulem a marcha, o equilíbrio e a força de membros inferiores, para melhora na mobilidade geral e diminuindo o risco de quedas, evitando maiores incapacidades físicas e prolongando a autonomia de idosos e com isso melhorando a qualidade de vida e bem estar dos mesmos.

Referências:





- DISTELMAIER, K. et al. How Much Physical Activity Should We Do? The Case for Moderate Amounts and intensities of Physical Activity. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 67, n. 2, p. 193–205, 1 jun. 2017.
- FIDELIS, L. T.; PATRIZZI, L. J.; DE WALSH, I. A. P. Influência da prática de exercícios físicos sobre a flexibilidade, força muscular manual e mobilidade funcional em idosos. **Rev. Bras. Geriatr. Gerontol., Rio de Janeiro**, v. 16, n. (1), p. 109–116, 2013.
- MARTY, E. et al. **A review of sarcopenia: Enhancing awareness of an increasingly prevalent disease** *Bone*, 2017.
- MIRANDA, L. V. et al. Efeitos De 9 Semanas De Treinamento Funcional Sobre Índices De Aptidão Muscular De Idosas. **Maio**, v. 1059, p. 386–394, 2016.
- PIMENTEL, I.; SCHEICHER, M. E. Comparação da mobilidade, força muscular e medo de cair em idosas caidoras e não caidoras. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 16, n. 2, p. 251–257, 2013.
- SOUZA, C. C. DE et al. Mobilidade funcional em idosos institucionalizados e não institucionalizados. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 16, n. 2, p. 285–293, 2013.

2. Acadêmicos da ULBRA/CANOAS e voluntários do projeto NEAGG;

1. Doutora, docente ULBRA/CANOAS, Coordenadora projeto ULBRATI, lidianefeldmann@gmail.com.

