



# XVI SEURCA



*"O protagonismo da enfermagem na promoção da saúde e sustentabilidade de populações em situação de vulnerabilidade."*

**09 a 12 de maio de 2023**

## **PREVENÇÃO DE QUEDAS NA PESSOA IDOSA: EXPERIÊNCIA DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA**

Mara Danielly Barbosa de Souza<sup>1</sup>

Larissa Ellen Moreira de Lima<sup>2</sup>

Maria Sandy Moura Souza<sup>3</sup>

Maria Giceli Martins da Silva<sup>4</sup>

Ana Valéria Oliveira da Silva<sup>5</sup>

Adriana de Moraes Bezerra<sup>6</sup>

**INTRODUÇÃO:** Com o aumento da expectativa de vida no Brasil, observa-se uma mudança demográfica e predominância de uma população mais idosa, sendo possível observar um declínio das funções fisiológicas, observando uma maior propensão à quedas nessa população, considerada um fator de risco para a incapacidade e mortalidade em pessoas idosas. Por isso é de suma importância a implementação de ações de educação em saúde que visem a prevenção desses agravos. **OBJETIVO:** Relatar a experiência de uma ação educativa sobre prevenção de quedas, desenvolvida por extensionistas do projeto de extensão Minhas Rugas, Minha História, da Universidade Regional do Cariri. **METODOLOGIA:** Relato de experiência referente à ação de extensão envolvendo integrantes vinculadas ao projeto de extensão Minhas Rugas, Minha História, do curso de enfermagem da Universidade Regional do Cariri - Campus Avançado de Iguatu. A ação ocorreu no dia 27 de abril de 2023 no Serviço Social do Comércio (SESC) com pessoas idosas participantes do projeto social da referida instituição. Através da ação foi realizada uma roda de conversa abordando a prevenção de quedas e, ainda, a utilização de um jogo educativo para fixação e avaliação do conteúdo exposto, construído pelas extensionistas do projeto de extensão e denominado “Caiu?” **RESULTADOS:** As estratégias desenvolvidas foram realizadas em dois momentos distintos. O primeiro foi direcionado para a exposição do tema com a utilização de projetor e *slide*, contendo pontos importantes sobre a prevenção de quedas na pessoa idosa, abordando-se a definição de queda, fatores de risco, formas de prevenção, principais tipos de quedas e ambientes em que mais ocorrem. O segundo momento foi dedicado à aplicação do jogo educativo, representado por uma trilha a ser seguida com base em perguntas elaboradas. A tecnologia foi confeccionada através de impressão colorida em folha A4, composta por casas com números e desenhos

<sup>1</sup> Estudante de graduação em Enfermagem. Universidade Regional do Cariri, e-mail: [mara.danielly@urca.br](mailto:mara.danielly@urca.br)

<sup>2</sup> Estudante de graduação em Enfermagem. Universidade Regional do Cariri, e-mail: [larissa.lima2312@urca.br](mailto:larissa.lima2312@urca.br)

<sup>3</sup> Estudante de graduação em Enfermagem. Universidade Regional do Cariri, e-mail: [m.sandymoura@urca.br](mailto:m.sandymoura@urca.br)

<sup>4</sup> Estudante de graduação em Enfermagem. Universidade Regional do Cariri, e-mail: [giceli.martins@urca.br](mailto:giceli.martins@urca.br)

<sup>5</sup> Estudante de graduação em Enfermagem. Universidade Regional do Cariri, e-mail: [valeria.oliveira@urca.br](mailto:valeria.oliveira@urca.br)

<sup>6</sup> Enfermeira. Docente do curso de Enfermagem. Universidade Regional do Cariri, e-mail: [adriana.bezerra@urca.br](mailto:adriana.bezerra@urca.br)



# XVI SEURCA



"O protagonismo da enfermagem na promoção da saúde e sustentabilidade de populações em situação de vulnerabilidade."

09 a 12 de maio de 2023

alternados de cômodos de casa onde poderiam ocorrer quedas. Assim, ao ser indicado pelo dado para um lugar determinado, o participante era questionado sobre os perigos contidos e como evitá-los. Para realização do jogo o grupo foi dividido em duas equipes das quais foi escolhido um representante de cada para melhor conduzir a dinâmica. Os participantes jogavam o dado um de cada vez, e de acordo com os comandos seguiram avançando na partida, sendo vencedor quem chega primeiro ao final da trilha. A ação se deu de forma positiva, uma vez que proporcionou um momento de reflexão, desenvolvimento do pensamento crítico e aprendizado da pessoa idosa. **CONCLUSÃO:** Infere-se que a comunicação é indispensável no cotidiano, principalmente no âmbito da saúde, visto que os profissionais da Enfermagem atuam promovendo ações educativas com o intuito de disseminar informações de saúde cientificamente comprovadas para além dos muros institucionais. Para tanto, é indubitável analisar e desenvolver estratégias que contribuam para a condução das ações, pois educação em saúde não se restringe somente a repassar o conteúdo, mas ter uma visão holística, ampliada das realidades existentes do público para o qual será destinado à ação. Diante desta experiência foi constatado que as metodologias ativas representam um instrumento revolucionário para o processo de aprendizagem e educação em saúde destinada à pessoa idosa.

**Descritores:** Saúde do idoso. Educação em Saúde. Metodologias ativas.

## REFERÊNCIAS

ALVES, Raquel Letícia Tavares *et al.* Evaluation of risk factors that contribute to falls among the elderly. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 20, n. 1, p. 56-66, fev. 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1981-22562017020.160022>. Acesso em: 3 maio 2023.

DAMASCENO, Ana Jéssica Silva *et al.* A Extensão Universitária como estratégia para a Educação em Saúde com um grupo de idosos. **Revista Kairós-Gerontologia**, v. 21, n. 4, p. 317-333, 2018.

MALLMANN, Danielli Gavião *et al.* Educação em saúde como principal alternativa para promover a saúde do idoso. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 20, n. 6, p. 1763-1772, jun. 2015. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232015206.02382014>. Acesso em: 3 maio 2023.

REZENDE, Cristiane de Paula; GAEDE-CARRILLO, Maria Ruth Gonçalves; SEBASTIÃO, Elza Conceição de Oliveira. Queda entre idosos no Brasil e sua relação com o uso de medicamentos: revisão sistemática. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 28, n. 12, p. 2223-2235, dez. 2012. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/s0102-311x2012001400002>. Acesso em: 3 maio 2023.