



VIVÊNCIA EXTENSIONISTA: APLICAÇÃO DE TESTES CLÍNICO-FUNCIONAIS PARA AVALIAÇÃO DO RISCO DE QUEDAS EM IDOSOS

**Beatriz de Sa Barreto Vieira¹, Lo-Ruama Silva do Nascimento², Andreza
Gysllaynny Delmondes Saraiva³, Ana Karolina Bezerra da Costa⁴, Adriana de
Moraes Bezerra⁵**

Resumo: As quedas configuram-se como um importante problema de saúde pública, especialmente na população idosa, por estarem associadas a perdas funcionais, dependência e redução da qualidade de vida. Diante disso, torna-se fundamental o desenvolvimento de estratégias educativas que favoreçam a autonomia, o autocuidado e a segurança. Objetiva-se relatar a experiência extensionista da Liga Acadêmica de Gerontologia da Universidade Regional do Cariri em parceria com o Projeto de Extensão Minhas Rugas, Minha História na utilização de testes clínico-funcionais para avaliação do risco de quedas em pessoas idosas. A atividade foi realizada com idosas participantes da Universidade Aberta à Terceira Idade (UNATI da referida Instituição, contou com a participação de 15 idosas e foi estruturada em dois momentos. Inicialmente, realizou-se uma abordagem dialogada sobre os principais fatores de risco para quedas, consequências e sobre a adoção de práticas de autocuidado voltadas à promoção da saúde, autonomia e segurança no envelhecimento. Em seguida, foram aplicados testes clínico-funcionais: Índice de Tinetti, Timed Up and Go, Teste de "sentar e levantar" e medidas antropométricas, como peso corporal e circunferência da panturrilha, com o intuito de rastrear sinais de sarcopenia e fragilidade, condições que impactam diretamente a funcionalidade e a qualidade de vida. As participantes demonstraram grande interesse e engajamento durante o encontro, reconhecendo a relevância das informações compartilhadas. Além disso, a realização das avaliações permitiu ampliar a percepção das idosas acerca da importância da manutenção da força muscular e da autonomia. Conclui-se que a ação contribuiu significativamente para a promoção da saúde e prevenção de quedas, evidenciando a importância de integrar atividades educativas e avaliações clínicas no cuidado à pessoa idosa.

Palavras-chave: Idoso; Educação em saúde, Acidentes por quedas

¹ Estudante Bolsista, Universidade Regional do Cariri, Enfermagem, beatriz.desabarreto@urca.br

² Estudante voluntário/a, Universidade Regional do Cariri, Enfermagem, lorruama.silva@urca.br

³ Estudante voluntário/a, Universidade Regional do Cariri, Enfermagem, andreza.delmondes@urca.br

⁴ Estudante Bolsista, Universidade Regional do Cariri, Enfermagem, ana.karolina@urca.br

⁵ Coordenadora da Liga Acadêmica de Gerontologia e Projeto de Extensão Minhas Rugas, Minha História,, Universidade Regional do Cariri, Departamento de Enfermagem, E-mail: adriana.bezerra@urca.br



X SEMANA DE EXTENSÃO DA URCA

10 A 14 DE NOVEMBRO DE 2025



URCA
Universidade Regional do Cariri

X SEMANA UNIVERSITÁRIA | Universidade e Sociedade na Agenda 2030

Agradecimentos:

Agradecemos à FECOP/URCA pelo apoio e incentivo à realização desta atividade, bem como a todos os colaboradores que contribuíram para o desenvolvimento da experiência.

