

Categoria
Pôster (UniEVANGÉLICA-Anápolis)

PERFIL DOS IDOSOS PARTICIPANTES DA OFICINA DE TREINO DE EQUILÍBRIO E PREVENÇÃO DE QUEDAS: RELATO DE EXPERIÊNCIA DA UNIVERSIDADE ABERTA DA TERCEIRA IDADE-UNIATI

Kamilla de Souza Gonçalves; Paula Carolina da Silva; Ana Karla Nogueira de Faria;
Fagner Fernando Gonçalves; Wanderson Florindo dos Santos

Introdução: A Oficina de prevenção de quedas e treino de equilíbrio tem como objetivo principal sensibilizar os idosos sobre a importância da prevenção das quedas, com ações educativas utilizando das metodologias ativas, além de oferecer um programa de reabilitação, com um protocolo de exercícios sensório-motores para melhora do equilíbrio postural. Objetivo: Traçar o perfil dos idosos participantes da Oficina de prevenção de quedas, quanto às características sócio demográficas e de saúde. Resultados: Observa-se que 92% são mulheres, com idade média 69,5 anos ($\pm 6,71$), independentes nas atividades de vida diária, com ensino fundamental (64%), e que praticam atividade física (92%) mais de duas vezes por semana (78%). Quanto à condição de saúde, os participantes apresentaram Hipertensão Arterial Sistêmica – HAS (57%), problemas de visão (86%) e na coluna (71%), acarretando em uso de mais de 03 medicamentos em 42% do grupo. 71% dos participantes relataram terem caído nos últimos 12 meses, onde 70% tiveram mais de 02 quedas, e 50% desses, com lesões graves. O local de maior ocorrência das quedas foi no ambiente externo (60%). Conclusão: A queda é um evento frequente e limitante, sendo considerado um marcador de fragilidade, morte, institucionalização e de declínio na saúde de idosos. A prevenção de quedas é de importância ímpar pelo seu potencial de diminuir a morbidade e

mortalidade, minimizar os declínios da capacidade funcional, melhora da mobilidade, independência e autoconfiança, sendo necessária mesmo em idosos independentes, e que praticam atividade física.

Palavras Chave: Idoso; Queda; Fisioterapia