



RELEVÂNCIA DA AVALIAÇÃO DO RISCO DE QUEDAS EM IDOSOS ASSISTIDOS POR UMA ATIVIDADE DE EXTENSÃO ¹

Ana Livia Gutkoski Zamo², Daniela Zeni Dreher³, Camila Fagundes Cantarelli⁴, Livia da Silva Rodrigues⁵, Adriane Huth⁶, Marinez Koller Pettenon⁷

¹ Trabalho desenvolvido na Unijuí; financiado pelo Programa Institucional de Extensão – PIBEX/UNIJUÍ.

² Bolsista PIBEX do curso de Fisioterapia da UNIJUÍ.

³ Professora orientadora, Fisioterapeuta, Extensionista do projeto de extensão “Educação em Saúde”/UNIJUÍ.

⁴ Acadêmica do curso de Fisioterapia da UNIJUÍ.

⁵ Bolsista PIBEX do curso de Fisioterapia da UNIJUÍ.

⁶ Professora extensionista, Nutricionista, Extensionista do projeto de extensão “Educação em Saúde”/UNIJUÍ.

⁷ Professora extensionista, Enfermeira, Extensionista do projeto de extensão “Educação em Saúde”/UNIJUÍ.

INTRODUÇÃO

Este trabalho apresenta um relato de experiência com uma abordagem descritiva e qualitativa, baseado nas vivências dos estudantes em atividades de extensão universitária na comunidade. As oficinas realizadas visaram capacitar acadêmicos para participar das ações do projeto de extensão Educação em Saúde, desenvolvidas em 2024. O projeto inclui os cursos da área da saúde da Unijuí: Fisioterapia, Biomedicina, Enfermagem, Farmácia, Medicina, Nutrição e Ciências Biológicas.

Anualmente, no início das suas atividades, são realizadas oficinas de capacitação com os bolsistas e voluntários envolvidos no projeto. Uma dessas oficinas trata sobre a aplicação do protocolo de Tinetti, que tem como objetivo avaliar e identificar idosos em vulnerabilidade, como por exemplo, o risco de queda.

Visto isso, o presente trabalho, se articula com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS): 4 - Educação de Qualidade, pois, este objetivo visa garantir uma educação inclusiva, equitativa e de qualidade, e promover oportunidades de aprendizagem ao longo da vida para todos. Este objetivo pode ser considerado o mais coerente com o presente trabalho, pois as oficinas de capacitação oferecidas aos estudantes que participam do projeto de extensão estão diretamente relacionadas à promoção da educação de qualidade.

O Projeto de Extensão "Educação em Saúde" desempenha um papel essencial na nossa comunidade ao abordar o risco de quedas entre os idosos, um problema significativo que afeta diretamente sua qualidade de vida. Ele não apenas educa sobre medidas preventivas, mas também promove conscientização crítica sobre os desafios de saúde enfrentados pela população idosa, incentivando a busca coletiva por soluções (BIS, 2004).



A definição legal de pessoa idosa no Brasil, conforme o Estatuto da Pessoa Idosa (Brasil, 2003, Art. 1), é de indivíduos com 60 anos ou mais. O envelhecimento é um processo gradual que começa na fase adulta e envolve mudanças naturais ligadas a fatores biológicos, psicológicos e sociais, levando a uma redução progressiva das funções corporais e mentais, aumentando a vulnerabilidade dos idosos a incidentes. Segundo o censo demográfico de 2022 do IBGE, a população idosa cresceu 56,0%, totalizando 32.113.490 pessoas. Esse aumento é atribuído ao avanço da medicina, melhor acesso à saúde, saneamento básico e hábitos alimentares mais saudáveis, promovendo a longevidade.

Os idosos frequentemente enfrentam quedas em seus lares durante atividades cotidianas, o que pode resultar em consequências graves como dependência, afeta não apenas suas vidas, mas também de seus familiares (Marinho et al., 2020). Fatores como falta de segurança e inadequações arquitetônicas contribuem significativamente para esses incidentes, especialmente em ambientes mal iluminados à noite e com estruturas deficientes, como desnivelamentos e tapetes sem antiderrapante. Além disso, o uso comum de medicamentos como hipnóticos, tranquilizantes, sedativos e diuréticos entre os idosos aumenta o risco de quedas, com possíveis complicações sérias, incluindo hospitalização e maior morbidade (HEFLIN, 2023).

O presente trabalho tem como objetivo descrever acerca da experiência em uma atividade de extensão universitária, que visa promover a saúde por meio da educação, entre outras atividades. Uma das ações, que aqui é relatada, trata-se da experiência sobre a oficina realizada como parte do projeto de extensão "Educação em Saúde". A oficina abordou o Protocolo de Tinetti e sua importância na avaliação do risco de quedas em idosos assistidos no contexto de home care, desenvolvido também neste projeto e que neste ano se efetiva no bairro Assis Brasil, Ijuí-RS.

METODOLOGIA

Este estudo acadêmico é um relato de experiência que adota uma abordagem qualitativa e descritiva, utilizando a observação participante como técnica principal para coletar dados. O foco está na análise do público que participou da oficina de capacitação oferecida pelo projeto, composta por jovens estudantes em cursos da área da saúde, e a prática em domicílio com idosos.



Oficina - Protocolo de Tinetti

Esse protocolo é uma ferramenta clínica para avaliar o equilíbrio e a marcha, especialmente em idosos, identificando o risco de quedas, avaliando a mobilidade funcional e planejando intervenções para melhorar a segurança e a autonomia. Consiste em duas partes: avaliação do equilíbrio (sentado, em pé e durante a virada) e avaliação da marcha (início da caminhada, ritmo, continuidade, altura do passo e estabilidade). A pontuação ajuda os profissionais de saúde a determinar o risco de queda e a tomar medidas preventivas ou de reabilitação. (TINETTI, 1986). Este protocolo será colocado em prática em home care, através do aplicativo do projeto Jotform, que também contém informações abordadas durante o andamento das demais oficinas do projeto, tais como: sinais vitais, alimentação saudável, interações medicamentosas e avaliação de glicemia.

Além de sua aplicação tradicional, o protocolo de Tinetti será utilizado em cuidados domiciliares (home care), integrando-se ao aplicativo Jotform do projeto. O uso deste protocolo em home care permite um monitoramento contínuo e detalhado da condição física dos idosos, facilitando a comunicação entre os membros da equipe de cuidados e promovendo uma abordagem preventiva. Este método não só ajuda a identificar e reduzir o risco de quedas, mas também contribui para uma gestão mais eficaz de outros aspectos da saúde dos idosos, como sinais vitais, alimentação saudável, interações medicamentosas e glicemia, melhorando assim a qualidade de vida dos pacientes atendidos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A oficina de capacitação sobre o protocolo de Tinetti contou com a participação de cerca de 22 alunos, o que evidencia o envolvimento e interesse dos participantes com o tema discutido, assim como nos diversos assuntos abordados ao longo das oficinas. Nesta oficina, foram abordados os aspectos relacionados ao protocolo de Tinetti. Os participantes aprenderam sobre a definição do protocolo, seu propósito e relevância na avaliação da capacidade funcional dos idosos, especialmente no contexto de prevenção de quedas. Além disso, foi demonstrado de maneira detalhada como realizar os testes incluídos no protocolo de forma correta e eficaz.

Os temas discutidos nesta oficina incluíram não apenas a teoria acerca do protocolo, mas também sua aplicação prática no contexto do cuidado domiciliar. Os participantes



<https://acervomais.com.br/index.php/enfermagem/article/view/9694> . Acesso em: 20 jun. 2024.

GONÇALVES, M. A. et al. Equilíbrio em idosos: uso de tecnologias virtuais na abordagem fisioterapêutica. *Biológicas & Saúde*, v. 10, n. 34, p. 47–48, 16 set. 2020. Disponível em: https://ojs3.perspectivasonline.com.br/biologicas_e_saude/article/view/2147. Acesso em: 20 jun. 2024.

HEFLIN, M. T. Manutenção da saúde geriátrica - UptoDate. Disponível em: <https://www.uptodate.com/contents/geriatric-health-maintenance>. Acesso em: 20 jun. 2024.

Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística - IBGE. Censo 2022: número de pessoas com 65 anos ou mais de idade cresceu 57,4% em 12 anos. Agência de Notícias IBGE, Rio de Janeiro, 2023. Disponível em:

<https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/38186-censo-2022-numero-de-pessoas-com-65-anos-ou-mais-de-idade-cresceu-57-4-em-12-anos#:~:text=Considerando%20a%20popula%C3%A7%C3%A3o%20de%20idosos,de%200%20a%2014%20anos>. Acesso em: 20 jun. 2024.

MARINHO, Cândida Leão; NASCIMENTO, Vanusa; BONADIMAN, Beatriz da Silva Rosa; TORRES, Stella Regina Folhadela. Causas e consequências de quedas de idosos em domicílio. *Brazilian Journal Of Health Review*, [S.L.], v. 3, n. 3, p. 6880-6896, 2020.

Brazilian Journal of Health Review. Disponível em:

<https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/12178> . Acesso em: 20 jun. 2024.

BIS. Educação em Saúde. Boletim do Instituto de Saúde, nº 34, 2004. Disponível em:

https://www.saude.sp.gov.br/resources/instituto-de-saude/homepage/bis/pdfs/bis_n34.pdf.

Acesso em: 21 jul. de 2024.

Tinetti, M. E. (1986). Performance-oriented assessment of mobility problems in elderly patients. *Journal of the American Geriatrics Society*, 34(2), 119-126. Disponível em:

<https://agsjournals.onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1532-5415.1986.tb05480.x>. Acesso em: 28 jul. de 2024.