

O Enfermeiro de Reabilitação na Prevenção de Quedas no Idoso

Borges, A. ¹; Camões, M. J. ²; Pereira, A. ¹

(¹) Enfermeira Especialista em Enfermagem de Reabilitação, (²) Mestre em Enfermagem de Reabilitação

Vários fatores podem influenciar a forma com ocorre o envelhecimento sendo que a queda é uma delas. Define-se como “*um evento não intencional que tem como resultado na mudança de posição do indivíduo para um nível mais baixo em relação à posição inicial*” (Freitas et al., 2011). As quedas estão entre os fatores agravantes das condições de saúde e de vida do idoso tornando-a mais frágil e suscetível a eventos incapacitantes (Vidal et al., 2013; Melo et al., 2014). A OMS refere que as quedas são a principal causa de morte por lesão acidental ou não intencional e que aproximadamente metade delas ocorrem no domicílio sendo as pessoas com mais de 65 anos as vítimas mais frequentes (Travanca et al., 2011). Considerado um problema de saúde pública, as quedas podem ter a sua origem em fatores intrínsecos ou extrínsecos (Melo et al., 2014).

- Diminuição dos reflexos e da força muscular
- Alterações neurológicas ou visuais
- Crises isquémica transitória com vertigens ou síncope
- Dificuldades na marcha
- Dificuldades cognitivas e demências
- Doenças crônicas e multimedicação
- Fatores ambientais ou sociais (Melo et al., 2014; Cabula e José, 2013)

Fatores de Risco



- Traumatismos musculares e fraturas
- Declínio funcional, redução da mobilidade
- Dependência nas AVD
- Perda de autoconfiança, diminuição das atividades sociais redução da qualidade de vida
- Hospitalização e mortalidade
- Movimentos e reações mais lentas (Vidal et al., 2013; Freitas et al., 2010)

Consequências



- Visita domiciliária e identificação fatores de risco
- Avaliação do risco de queda (Escala de Morse, Escala de equilíbrio de Berg)
- Identificação precoce das alterações patológicas e encaminhamento
- Realização de ações educativas de prevenção de quedas
- Exercícios de fortalecimento músculo-esquelético, de treino de equilíbrio e de reeducação postural
- Intervenção cognitivo-comportamental
- Manutenção da capacidade funcional (Lopes et al., 2007; Freitas et al., 2010)

O Enfermeiro de Reabilitação



Conclusão: No contexto da pessoa idosa as quedas surgem como potenciadoras da morbimortalidade pelo que a sua prevenção é um fator de promoção de qualidade de vida e prevenção de complicações. Os enfermeiros de reabilitação pelas suas competências e experiência na prestação de cuidados na comunidade são os profissionais que por excelência estão habilitados para desenvolver programas de prevenção inseridos no domínio dos cuidados ao idoso. Têm uma posição privilegiada na promoção e readaptação apropriada do idoso ao ambiente domiciliar.