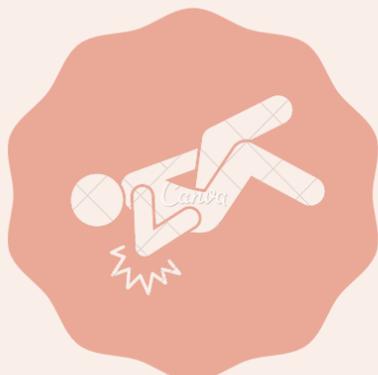
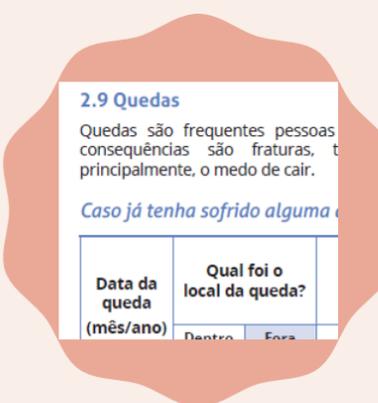


QUEDAS EM IDOSOS



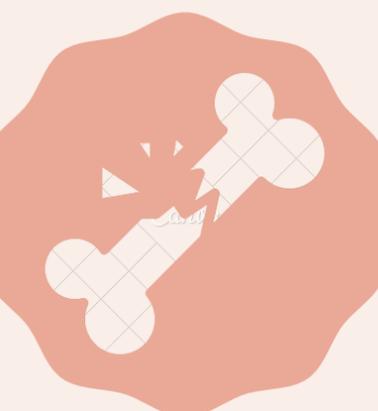
O QUE É?

A queda pode ser definida pelo deslocamento não intencional do corpo para um nível inferior, sem a correção em tempo hábil.



ONDE E COMO IDENTIFICAR?

Na página 24 da CSPI existe uma tabela que deve ser preenchida com as quedas do idoso, data, se houve fratura e se parou de realizar alguma atividade por conta da queda. Além disso, é importante investigar o motivo das quedas.



QUAIS PROBLEMAS RELACIONADOS?

O principal problema das quedas são as fraturas, principalmente de fêmur e quadril. Além disso, existe o medo de cair novamente, isolamento social, incapacidades, redução de atividades básicas e instrumentais de vida diária, entre outros.



O QUE FAZER?

É importante, inicialmente, entender os motivos que levam às quedas, entre os potencialmente modificáveis e não-modificáveis. A partir deles, estabelecer ações multimodais, como exercícios físicos de fortalecimento e reabilitação, mudanças comportamentais, se necessário, e mudanças no ambiente em que o idoso está inserido.



CONVERSE COM O PACIENTE!

- Entenda o que aconteceu antes e após a queda;
- Trabalhe o medo de cair de novo;
- Estabeleça exercícios de fortalecimento;
- Atente-se para os riscos de quedas no ambiente em que a pessoa idosa vive.

AVALIAÇÕES COMPLEMENTARES!

TUG e FES-1.



DGEROBRASIL

FONTE

David A. Ganz, Prevention of Falls in Community-Dwelling Older Adults. 2020

Esses materiais são de uso livre e sem fins lucrativos, desde que os autores sejam citados.