

CONSEQUÊNCIAS DAS QUEDAS

- Fraturas (principalmente de quadril).
- Machucados e hematomas.
- Medo de cair novamente → redução da mobilidade.
- Perda da independência.
- Maior tempo de hospitalização.

COMO PREVINIR QUEDAS:

- Manter pisos secos e corredores iluminados.
- Retirar tapetes soltos e objetos espalhados.
- Instalar barras de apoio em banheiros e corredores.
- Estimular o uso de calçados antiderrapantes.
- Ajudar o idoso em idas ao banheiro, principalmente à noite.
- Observar sinais de risco (tontura, fraqueza, insegurança ao andar).
- Apoiar e orientar com calma, registrando ocorrências.

PRODUÇÃO TÉCNICA:

LARISSA SILVA ARAÚJO - ACADÊMICA DO CURSO DE ENFERMAGEM

THAÍS PEREIRA TRINDADE - ACADÊMICA DO CURSO DE ENFERMAGEM

FELIPE BRAGA CORRÊA - ACADÊMICO DO CURSO DE ENFERMAGEM

DENILSON WELLITON DOS ANJOS SOUSA - ACADÊMICO DO CURSO DE ENFERMAGEM

ALINE BARRETO MONTEIRO - ACADÊMICA DO CURSO DE ENFERMAGEM

RAMON CORRÊA FERREIRA - ACADÊMICO DO CURSO DE ENFERMAGEM

EUDES FELIPE GOMES LOPES - ACADÊMICO DO CURSO DE ENFERMAGEM

LETÍCIA NASCIMENTO PRINTES - ACADÊMICA DO CURSO DE ENFERMAGEM

JULYANY SOARES DA ROCHA - ACADÊMICA DO CURSO DE ENFERMAGEM

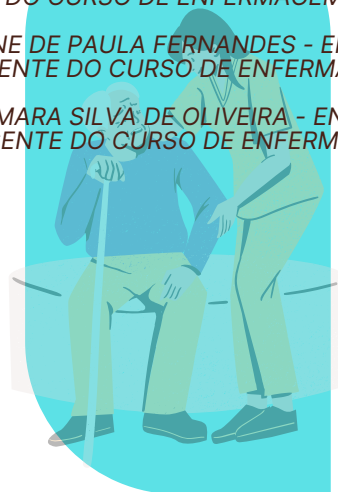
MARYANA DA SILVA OLIVEIRA - ACADÊMICA DO CURSO DE ENFERMAGEM

REBECA ADERJANE VIANA LOPES - ACADÊMICA DO CURSO DE ENFERMAGEM

HELLEN VANESSA SILVA DO NASCIMENTO - ACADÊMICA DO CURSO DE ENFERMAGEM

FRANCIANE DE PAULA FERNANDES - ENFERMEIRA DOCENTE DO CURSO DE ENFERMAGEM

SHEYLA MARA SILVA DE OLIVEIRA - ENFERMEIRA DOCENTE DO CURSO DE ENFERMAGEM



Vamos falar sobre Saúde do Idoso?



A IMPORTÂNCIA DO CUIDADO

- O envelhecimento pode trazer mudanças emocionais, cognitivas e sociais.
- Depressão, ansiedade e declínio cognitivo são frequentes, mas muitas vezes subdiagnosticados.
- Cuidar da saúde mental favorece autonomia, qualidade de vida e envelhecimento saudável.



SINAIS DE ALERTA

Fique atento se o idoso apresentar:

- Tristeza persistente ou isolamento.
- Perda de interesse em atividades antes prazerosas.
- Alterações importantes de sono ou apetite.
- Irritabilidade, agitação ou apatia.
- Esquecimentos que interferem na rotina.

ESTRATÉGIAS DE CUIDADO

- Estimule vínculos sociais: incentive grupos de convivência, visitas e conversas.
- Promova atividades cognitivas: leitura, jogos, música, artesanato.
- Estimule a autonomia: deixar que o idoso participe das decisões e atividades do dia a dia.
- Incentive hábitos saudáveis: alimentação equilibrada, atividade física leve, rotina de sono.
- Ofereça escuta qualificada: permita que o idoso expresse sentimentos sem julgamentos.
- Respeite a história de vida: valorize memórias e conquistas.

PAPEL DO PROFISSIONAL CUIDADOR

- Observar mudanças no comportamento e comunicar a equipe de saúde.
- Trabalhar em conjunto com familiares e rede de apoio.
- Encaminhar ao médico ou psicólogo quando necessário.
- Evitar infantilização: tratar o idoso com respeito e dignidade.

O QUE SÃO AS QUEDAS E POR QUE SÃO PREOCUPANTES, PRINCIPALMENTE PARA IDOSOS?

- Define-se queda como um evento que ocorre quando uma pessoa inadvertidamente cai ao chão ou outro nível mais baixo.
- Podem causar fraturas, perda de independência e até aumentar o risco de morte.
- Os idosos caem com mais frequência devido a uma combinação de fatores intrínsecos (relacionados ao próprio indivíduo) e extrínsecos (relacionados ao ambiente).



QUAIS FATORES DE RISCO PARA QUEDAS?

- Individuais: idade avançada, fraqueza muscular, alterações na visão/audição, uso de medicamentos, doenças crônicas.
- Ambientais: pisos molhados, iluminação insuficiente, tapetes soltos, escadas sem corrimão, móveis em excesso.



CERTIFICADO DE REGISTRO DE DIREITO AUTORAL

A Câmara Brasileira do Livro certifica que a obra intelectual descrita abaixo, encontra-se registrada nos termos e normas legais da Lei nº 9.610/1998 dos Direitos Autorais do Brasil. Conforme determinação legal, a obra aqui registrada não pode ser plagiada, utilizada, reproduzida ou divulgada sem a autorização de seu(s) autor(es).

Responsável pela Solicitação:

Felipe Braga Corrêa

Participante(s):

Larissa Silva Araújo (Autor) | Thaís Pereira Trindade (Autor) | Felipe Braga Corrêa (Autor) | Denilson Welliton dos Anjos Sousa (Autor) | Aline Barreto Monteiro (Autor) | Ramon Corrêa Ferreira (Autor) | Eudes Felipe Gomes Lopes (Autor) | Letícia Nascimento Printes (Autor) | Julyany Soares da Rocha (Autor) | Maryana da Silva Oliveira (Autor) | Rebeca Aderjane Viana Lopes (Autor) | Hellen Vanessa Silva do Nascimento (Autor) | Franciane de Paula Fernandes (Organizador) | Sheyla Mara Silva de Oliveira (Organizador)

Título:

Vamos falar sobre Saúde do Idoso?

Data do Registro:

25/03/2026 11:30:51

Hash da transação:

0x36ae1eaa52bc2cf7a465601124f530fd08c891d208a9febb448faf94cb2fd871

Hash do documento:

bb279c5b9c4e945dc58adc2fd7ad0c4eb269129f6dea25dc5ba0ce53481e13da

Compartilhe nas redes sociais





[clique para acessar](#)
[a versão online](#)