VIVÊNCIA NA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE: ESTRATÉGIAS DE PREVENÇÃO DE QUEDAS PARA IDOSOS NA SALA DE ESPERA [1]

Daiana Cecília Kunz [2], Keli Raiane dos Santos Nigolino [3], Ana Paula Pillatt [4], Daniela Zeni Dreher [5]

[1] Trabalho desenvolvido na disciplina de Fisioterapia em Saúde Coletiva do sétimo módulo do curso de Fisioterapia da UNIJUÍ.

[2] Daiana Cecília Kunz, estudante do curso de fisioterapia.

[3] Keli Raiane dos Santos Nigolino, estudante do curso de fisioterapia.

[4] Ana Paula Pillatt, Fisioterapeuta, Docente do curso de Fisioterapia da UNIJUÍ.

[5] Daniela Zeni Dreher, Fisioterapeuta, Docente do curso de Fisioterapia da UNIJUÍ.

Introdução: As quedas em idosos representam uma preocupação crescente em saúde pública, o que não reflete somente em eventos isolados, mas contribuem para aspectos de saúde física, mental e social. Com o envelhecimento da população, o impacto desses incidentes torna-se ainda mais significativo, afetando não apenas a qualidade de vida e a independência funcional dos idosos, mas também demandando novas maneiras de intervenção. Fatores como fraqueza muscular, desequilíbrio, condições crônicas de saúde e ambiente físico inadequados também interferem negativamente para este desfecho. Ao reconhecer a complexidade desse problema, torna-se necessário novas medidas e políticas de saúde e intervenções que visem não apenas à redução da incidência de quedas, mas também à promoção do envelhecimento saudável e da segurança dos idosos em suas comunidades. **Objetivos**: Conscientizar pacientes que esperavam por atendimento sobre a importância da prevenção de quedas em idosos. **Metodologia**: Trata-se de um relato de experiência, ocorrido entre os dias 06 a 13 de maio de 2024. Para tal, desenvolveu-se um questionamento acerca das causas e consequências das quedas para idosos. Posteriormente a intervenção, por meio de roda de conversa, foi realizada na sala de espera da Unidade Básica de Saúde do bairro Thomé de Souza. **Resultados e Discussão**: Durante a conversa formal coletamos relatos de pacientes sobre incidentes de quedas em diferentes contextos, como subir em bancos para alcançar coisas na parte superior de armários, na hora do banho devido ao piso molhado, ao uso de sapato inadequado, tropeçar em animais de estimação, ao subir incorretamente no degrau de escada. **Conclusão**: Concluímos que a orientação na sala de espera da unidade de saúde trouxe valiosos aprendizados, por meio do diálogo, pudemos oferecer informações importantes e recursos práticos para evitar quedas em idosos, tanto para eles próprios quanto para seus familiares, contribuindo para a promoção de um envelhecimento mais saudável e independente.

Palavras-chave: Acidentes por Quedas. Idoso. Prevenção