

## **UTILIZAÇÃO DE TESTES DO EQUILÍBRIO PARA AVALIAÇÃO DO RISCO DE QUEDAS EM IDOSOS MORADORES DE UM CONDOMÍNIO HABITACIONAL: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA**

Rayara Cibelle Ribeiro da Silva<sup>1</sup>, Maria Heloisa Alves Benedito<sup>1</sup>, Maria Indyajara da Silva Filgueiras<sup>1</sup>, Laryssa Lins de Araujo<sup>2</sup>, Kennia Sibelly Marques de Abrantes<sup>3</sup>

O envelhecimento da população é um fenômeno mundial, que tem ocorrido abruptamente nos países em desenvolvimento, sem melhorias das condições de vida, ocasionando um aumento na prevalência das doenças crônico-degenerativas, devido às alterações morfofuncionais e psicológicas, o que predispõem a ocorrência de quedas. Na busca por idosos com maior suscetibilidade a cair, surgem na literatura como aliados desse processo, a utilização dos Testes de Alcance Funcional (TAF) e o “Timed up and go” (TUG). Assim, o estudo objetiva descrever a experiência da aplicação dos testes TAF e TUG entre idosos participantes do Projeto de Extensão intitulado “Educação em Saúde: promovendo o envelhecimento ativo e saudável entre idosos beneficiados por um programa habitacional”. Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, realizado com idosos moradores de um condomínio habitacional na cidade de Cajazeiras – PB, no mês de julho de 2017. Os testes foram aplicados por quatro alunas extensionistas e contou com a participação de 13 idosos. Ambos os testes possuem extensa utilização no que se refere à avaliação do equilíbrio dos idosos. Após análise dos resultados dos testes, verificou-se que os idosos apresentaram baixo ou inexistente risco para quedas, o que não exclui a possível ocorrência de quedas decorrentes da faixa etária em que estão inseridos. A maioria dos participantes era do sexo feminino (n=10), talvez por isso os índices para risco de quedas nas mulheres apresentaram-se maiores que nos homens. Conclui-se que foi de suma importância à utilização de mecanismos que sirvam de rastreamento para riscos de quedas nos idosos estudados, para que ações preventivas possam ser realizadas, evitando a ocorrência desses eventos. Porém, enfatiza-se que se faz necessário a utilização de outras ferramentas complementares de rastreamento e principalmente a realização da avaliação dos fatores de risco apresentados individualmente por cada idoso.

Palavras-chave: acidentes por quedas, equilíbrio postural, idoso

---

<sup>1</sup> Aluna do curso de Enfermagem, bolsista, rayararibeiro@outlook.com; Aluna do curso de Enfermagem, voluntária, heloisaalvesb@gmail.com; Aluna do curso de Enfermagem, voluntária, indyajaraf@gmail.com.

<sup>2</sup> Orientadora, laryssalinns13@icloud.com

<sup>3</sup> Coordenadora, kenniaabranes@bol.com.br