**A EDUCAÇÃO EM SAÚDE COMO ESTRATÉGIA PARA**

**A PREVENÇÃO DE QUEDAS EM IDOSOS**

**Autores:** Victoria Lima Rodrigues¹, Ana Claudia Moura Mariano², Ana Maria Silva Cavalcante¹, Brenna Oliveira Gadelha¹, Charlys Barbosa Nogueira³.  
**Instituições:** 1. Acadêmica do curso de Enfermagem da Universidade Federal do Ceará. Fortaleza, Ceará, Brasil. 2. Acadêmica do curso de Farmácia da Universidade Federal do Ceará. Fortaleza, Ceará, Brasil. 3. Médico. Docente da Universidade Federal do Ceará. Orientador da Liga Acadêmica de Geriatria e Gerontologia. Fortaleza, Ceará Brasil.

O envelhecimento é envolto por alterações fisiológicas que comprometem a capacidade funcional do idoso, favorecendo a ocorrência de quedas. Estes eventos acarretam amplas consequências aos idosos como possíveis fraturas, internações, prejuízos à mobilidade gerando dependência parcial ou total, reduzindo assim a qualidade de vida do indivíduo. Neste contexto, medidas de prevenção devem ser disseminadas por meio de implementação de estratégias educativas com expressivos resultados em estudos prospectivos. O estudo tem por finalidade relatar a vivência de estudantes de Enfermagem em uma ação de extensão relativa à prevenção de quedas. Trata-se de um estudo descritivo do tipo relato de experiência acerca de uma ação de educação em saúde desenvolvida pela Liga Acadêmica de Geriatria e Gerontologia sobre prevenção de quedas em idosos. A ação ocorreu em setembro de 2019 com cerca de 15 idosos integrantes do Projeto Saúde - Bombeiros e Sociedade, programa instituído pela esfera estadual com o intuito de promover saúde e bem estar através de atividades físicas e interações sociais, focando principalmente na terceira idade. Os acadêmicos puderam explanar sobre a temática e a sua relevância, além de distribuir folders informativos quanto aos impactos das quedas em idosos, aos fatores de risco e às formas de prevenir este evento.Inicialmente, houve uma dinâmica de apresentação visando estreitar a relação entre os estudantes e os idosos. Após este momento, por meio de roda de conversa, explicou-se brevemente sobre as consequências das quedas na terceira idade, ressaltando-se as possíveis fraturas, internações e o risco aumentado para ocorrência de novas quedas. Os acadêmicos expuseram idade elevada, comprometimento cognitivo, presença de multimorbidades, efeitos adversos de medicamentos, histórico prévio de quedas, diminuição da resposta motora, bem como diminuição dos sinais sensoriais como fatores de risco intrínsecos para quedas em idosos. Ademais, aspectos como baixa iluminação, superfície inadequada para deambulação, escadas com degraus altos e existência de tapetes foram mencionados como fatores de risco extrínsecos para quedas. Ao fim da exposição oral, foram entregues folders sintetizando o conteúdo abordado possibilitando aos idosos um meio de posterior consulta às informações discutidas. A vivência foi satisfatória para os acadêmicos tendo em vista o engajamento demonstrado pelos idosos presentes. A partir do exposto, demonstra-se a relevância da implementação de ações de educação em saúde a fim de aproximar o meio acadêmico, e o conhecimento nele produzido, com a comunidade visando a promoção da saúde e a consequente prevenção de quedas. Sugere-se que atividades como esta sejam reproduzidas para além dos próprios indivíduos idosos, abrangendo os familiares e cuidadores.

**Descritores:** Saúde do idoso. Enfermagem. Educação em Saúde.