



2026

Prevenção de Quedas em Idosos

Camila Feitosa da Silva, Enfermagem, Centro Universitário Integrado, Brasil,

Daiane Morena dos Santos Lins, Enfermagem, Centro Universitário Integrado,
Brasil,

Leticia Toledo Crisóstomo, Enfermagem, Centro Universitário Integrado, Brasil,

Ricardo Farias, Enfermagem, Centro Universitário Integrado, Brasil,

Tainá Roberta Miranda, Enfermagem, Centro Universitário Integrado, Brasil,

Orientador: Débora Pinto Bueno, Enfermagem, Centro Universitário Integrado,
Brasil,

E-mail: debora.bueno@grupointegrado.br

A prevenção de quedas em idosos representa um importante desafio para a saúde pública, por estar diretamente relacionada ao aumento da morbidade, da mortalidade e à redução da qualidade de vida dessa população. Com o processo de envelhecimento, ocorrem alterações fisiológicas como diminuição da força muscular, comprometimento do equilíbrio, mudanças na marcha e na visão, fatores que tornam o idoso mais vulnerável a quedas. Diante disso, este trabalho buscou compreender como as estratégias de prevenção podem ajudar a reduzir a ocorrência de quedas em idosos, com foco na atuação da enfermagem. Para isso, foi realizada uma revisão de estudos científicos que abordam o tema, analisando tanto os fatores de risco quanto as principais formas de prevenção. Os resultados mostram que as quedas não acontecem por um único motivo, mas por uma série de fatores relacionados à saúde do idoso e ao ambiente em que ele vive. Problemas de saúde, uso de medicamentos e limitações físicas, somados a ambientes inseguros, como pisos escorregadios ou pouca iluminação, aumentam significativamente esse risco. Nesse contexto, a enfermagem tem um papel essencial, atuando na identificação de riscos e na orientação tanto do idoso quanto da família. Medidas simples, como adaptar o ambiente da casa, incentivar a prática de exercícios físicos e revisar o uso de medicamentos, podem fazer grande diferença na prevenção. Conclui-se então que a avaliação do risco de queda deve ser contínua e individualizada, sendo uma responsabilidade importante da equipe de enfermagem. Identificar precocemente esses fatores permite a implementação de medidas preventivas eficazes, reduzindo complicações e promovendo maior segurança e qualidade de vida ao idoso.



2026

Palavras-chave: assistência de enfermagem; risco de queda; envelhecimento; promoção da saúde; prevenção.

The prevention of falls among older adults represents a significant public health challenge, as it is directly associated with increased morbidity, mortality, and reduced quality of life. The aging process leads to physiological changes such as decreased muscle strength, impaired balance, alterations in gait, and reduced visual acuity, which increase vulnerability to falls. This study aimed to understand how prevention strategies can contribute to reducing the occurrence of falls in older adults, with a focus on nursing care. For this purpose, a review of scientific studies addressing the topic was conducted, analyzing both risk factors and the main preventive approaches. The results show that falls are not caused by a single factor, but rather by a combination of conditions related to the health status of the older adult and the environment in which they live. Health problems, medication use, and physical limitations, combined with unsafe environments such as slippery floors and poor lighting, significantly increase the risk of falls. In this context, nursing plays a fundamental role by identifying risks and providing guidance to both older adults and their families. Simple measures, such as adapting the home environment, encouraging physical activity, and reviewing medication use, can make a significant difference in prevention. It is concluded that fall risk assessment should be continuous and individualized, representing an important responsibility of the nursing team. Early identification of risk factors allows the implementation of effective preventive measures, reducing complications and promoting greater safety and quality of life for older adults.



2026

Keywords: Nursing care; Fall risk; Aging; Health promotion; Prevention.

INTRODUÇÃO

A prevenção de quedas em idosos constitui um dos principais desafios da saúde pública, uma vez que esse evento está diretamente associado ao aumento da morbidade, mortalidade e perda da qualidade de vida dessa população. O processo de envelhecimento provoca alterações fisiológicas importantes, como diminuição da força muscular, alterações no equilíbrio, na marcha e na acuidade visual, fatores que aumentam significativamente o risco de quedas (REBELO et al., 2024).

Diante desse cenário, o problema de pesquisa consiste em compreender de que forma as estratégias de prevenção podem contribuir para a redução da incidência de quedas em idosos. A delimitação do tema está voltada para as ações preventivas no contexto da assistência à saúde, com foco na atuação da enfermagem.

A justificativa deste estudo baseia-se na relevância social e científica do tema, considerando que as quedas podem gerar consequências graves, como fraturas, perda de autonomia, institucionalização e até óbito (RAMOS et al., 2024). Além disso, representam custos elevados para o sistema de saúde e impacto direto na qualidade de vida dos idosos.

O objetivo geral é analisar as principais estratégias de prevenção de quedas em idosos. Como objetivos específicos, busca-se identificar os fatores de risco e descrever as intervenções de enfermagem voltadas à prevenção.

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, método que permite reunir e sintetizar resultados de pesquisas anteriores, proporcionando uma compreensão ampla e sistematizada sobre o tema investigado.

Para isso, foi realizada uma busca nas bases de dados Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Scientific Electronic Library Online (SciELO), além de documentos disponíveis no Portal do Ministério da Saúde, acessados por meio da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS).

Os descritores utilizados foram previamente selecionados no DeCS (Descritores em Ciências da Saúde), sendo: “idoso”, “quedas”, “prevenção” e “assistência de enfermagem”, combinados entre si por meio do operador booleano AND.

Como critérios de inclusão, foram considerados estudos disponíveis na íntegra, publicados em língua portuguesa, no período de 2019 a 2025, que abordassem os cuidados de enfermagem prestados a idosos, decorrentes a possíveis acidentes domésticos.

Foram excluídos estudos duplicados, artigos incompletos, resumos, editoriais e aqueles que não apresentavam relação direta com o tema proposto.

Após a seleção, os estudos foram submetidos à leitura criteriosa e análise crítica, possibilitando a organização das informações e a construção de uma síntese dos principais achados relacionados à atuação da enfermagem no cuidado à criança com doenças respiratórias crônicas.

REVISÃO DE LITERATURA

As quedas em idosos são eventos multifatoriais, envolvendo fatores intrínsecos e extrínsecos. Entre os fatores intrínsecos, destacam-se doenças crônicas, alterações fisiológicas, uso de múltiplos medicamentos, déficit cognitivo e limitações funcionais (SINATO; BATISTONI, 2022). Já os fatores extrínsecos estão relacionados ao ambiente, como iluminação inadequada, pisos escorregadios, tapetes soltos e ausência de adaptações no domicílio (WONDRACEK; DULLIUS, 2023).

A literatura aponta que a maioria das quedas ocorre no ambiente domiciliar, o que reforça a importância de intervenções voltadas à segurança do lar (REBELO et al., 2024). Além disso, idosos hospitalizados também apresentam maior risco devido ao ambiente desconhecido e à fragilidade clínica (RAMOS et

al., 2024).

A atuação da enfermagem é essencial nesse contexto, pois esses profissionais realizam a avaliação contínua do paciente, identificando fatores de risco e implementando medidas preventivas. A avaliação inclui histórico de quedas, mobilidade, uso de medicamentos e condições clínicas (PASSOS et al., 2021).

Entre as principais estratégias de prevenção, destacam-se a educação em saúde, que orienta o idoso e seus familiares; o incentivo à prática de atividades físicas, que melhora o equilíbrio e a força muscular; e a adaptação do ambiente domiciliar, reduzindo riscos de acidentes (QUEIROZ et al., 2024).

A revisão medicamentosa também é fundamental, pois muitos fármacos podem causar efeitos adversos, como tontura e hipotensão, aumentando o risco de quedas. Além disso, o uso de tecnologias assistivas, como bengalas e andadores, contribui para maior segurança.

Outro fator importante é o trabalho multiprofissional e a comunicação eficaz entre os profissionais de saúde, garantindo um cuidado integral e contínuo ao idoso.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante da análise obtida neste estudo, podemos observar que a administração de medicamentos é algo muito importante dentro do trabalho de enfermagem, sendo um procedimento que exige conhecimento, responsabilidade e atenção. Porém, dentro das informações analisadas, podemos observar que muitos profissionais acabam cometendo erros devido à sobrecarga profissional, à falta de profissionais na equipe, à alta demanda e à sobrecarga de horários. Tendo em vista que muitos profissionais ultrapassam suas cargas horárias permitidas, isso faz com que o índice de administração de medicamentos de forma incorreta aumente.

Um ponto que também foi identificado é a falta de educação permanente para os profissionais de saúde, sendo que a educação fortalece o trabalho em equipe e proporciona um atendimento padronizado, garantindo cada vez mais a segurança dos pacientes. Atualmente, a enfermagem trabalha junto com novas tecnologias e, junto disso, deve haver comunicação ativa entre os profissionais, fazendo com que isso contribua para a prevenção de erros e para a melhoria da assistência prestada aos pacientes.

Dessa forma, podemos ver que a segurança do paciente não depende apenas do profissional, mas também das condições de trabalho às quais eles são submetidos. A aplicação de ensino continuado a esses profissionais, garantindo a organização do serviço e a realização de procedimentos seguros, torna-se essencial. Assim, é necessário investir na equipe, promovendo acolhimento, capacitação, apoio, escalas de trabalho justas e uma equipe adequada, para garantir a segurança do profissional e do paciente.



2026

AGRADECIMENTOS

A prevenção de quedas em idosos é essencial para garantir a segurança, autonomia e qualidade de vida dessa população. Trata-se de um problema relevante de saúde pública, com impactos significativos tanto para o indivíduo quanto para o sistema de saúde.

A identificação precoce dos fatores de risco, aliada à implementação de estratégias preventivas, contribui diretamente para a redução da incidência de quedas. Nesse contexto, destaca-se o papel da enfermagem, que atua na avaliação, planejamento e execução do cuidado.

Medidas como educação em saúde, adaptação do ambiente, incentivo à atividade física e acompanhamento contínuo são fundamentais para a prevenção. Dessa forma, investir nessas ações é essencial para promover um envelhecimento saudável e seguro.

REFERÊNCIAS

1. Segundo Passos et al. (2021), a atuação da enfermagem é essencial na prevenção de quedas em idosos hospitalizados.
2. De acordo com Queiroz et al. (2024), a fisioterapia contribui para a redução do risco de quedas.
3. O risco de queda em idosos internados representa um importante desafio para a equipe de saúde (RAMOS et al., 2024).
4. Fatores clínicos e ambientais podem aumentar os índices de quedas em idosos (REBELO et al., 2024).
5. Sinato e Batistoni (2022) destacam que alterações fisiológicas do envelhecimento favorecem acidentes.
6. Estratégias preventivas devem ser implementadas continuamente nos serviços de saúde (WONDRACEK; DULLIUS, 2023).