VISITA DOMICILIAR COMO ESTRATÉGIA PARA PREVENÇÃO DE QUEDAS EM IDOSOS NA ATENÇÃO PRIMÁRIA

HOME VISITS AS A STRATEGY FOR FALL PREVENTION IN THE ELDERLY WITHIN PRIMARY HEALTH CARE

Carla Cordovil[1], Daniele Salgado[2], José Eduardo Machado Lima[1], Patrick de Sousa Progenio[1]

1. Acadêmico do curso de Medicina da Faculdade Afya Bragança; **2.** Professora do curso de Medicina da Faculdade Afya Bragança.
patrick.progenio@alunos.afya.com.br

Eixo Temático: 1

RESUMO

O envelhecimento populacional está associado ao aumento da vulnerabilidade a quedas, especialmente no ambiente domiciliar, onde fatores ambientais, funcionais e comportamentais podem contribuir para a ocorrência desses eventos. Na Atenção Primária à Saúde, a visita domiciliar constitui uma estratégia relevante para identificação de riscos e desenvolvimento de ações educativas voltadas à promoção da segurança da pessoa idosa. Objetivo: Relatar a experiência de acadêmicos de Medicina em uma ação extensionista de prevenção de quedas domiciliares entre idosos acompanhados no território de uma Unidade Básica de Saúde de Bragança, Pará. Descrição da experiência: A atividade foi realizada por meio de visitas domiciliares acompanhadas por Agentes Comunitários de Saúde, com participação de idosos, familiares e cuidadores informais. Durante as visitas, foram identificados fatores de risco presentes no ambiente domiciliar, como iluminação inadequada, superfícies escorregadias, obstáculos em áreas de circulação e uso de calçados pouco seguros. A partir da realidade observada em cada residência, foram realizadas orientações individualizadas e discutidas medidas preventivas de baixo custo e fácil aplicação, incluindo reorganização dos espaços, melhoria da iluminação, retirada de obstáculos e adoção de calçados adequados. O diálogo estabelecido durante as visitas favoreceu o esclarecimento de dúvidas e a reflexão dos participantes sobre situações cotidianas potencialmente relacionadas às quedas. Considerações finais: A experiência demonstrou a relevância da visita domiciliar como ferramenta para identificação de riscos e desenvolvimento de ações educativas direcionadas à prevenção de quedas entre idosos. A abordagem realizada no próprio ambiente de convivência possibilitou orientações mais contextualizadas e compatíveis com as necessidades identificadas, além de fortalecer a integração entre universidade, equipe de saúde e comunidade. Para os acadêmicos, a atividade contribuiu para a compreensão do cuidado integral, territorializado e centrado na pessoa idosa.
Palavras-chave: Idoso. Acidentes por Quedas. Visita Domiciliar. Educação em Saúde. Atenção Primária à Saúde

ABSTRACT

Population aging is associated with increased vulnerability to falls, especially in the home environment, where environmental, functional, and behavioral factors can contribute to the occurrence of these events. In Primary Health Care, home visits constitute a relevant strategy for identifying risks and developing educational actions aimed at promoting the safety of elderly individuals. Objective: To report the experience of medical students in an extension activity focused on the prevention of home falls among elderly individuals monitored in the territory of a Basic Health Unit in Bragança, Pará. Experience description: The activity was conducted through home visits accompanied by Community Health Workers, involving elderly individuals, family members, and informal caregivers. During the visits, risk factors present in the home environment were identified, such as inadequate lighting, slippery surfaces, obstacles in circulation areas, and the use of unsafe footwear. Based on the reality observed in each residence, individualized guidance was provided, and low-cost, easily applicable preventive measures were discussed, including space reorganization, lighting improvement, obstacle removal,

and the adoption of suitable footwear. The dialogue established during the visits facilitated the clarification of doubts and fostered participants' reflection on everyday situations potentially related to falls. Final considerations: The experience demonstrated the relevance of home visits as a tool for identifying risks and developing educational actions aimed at fall prevention among the elderly. The approach carried out within the living environment enabled more contextualized guidance aligned with the identified needs, in addition to strengthening the integration between the university, the healthcare team, and the community. For the medical students, the activity contributed to an understanding of comprehensive, territorialized, and person-centered care for the elderly.
Keywords: Aged. Accidental Falls. House Calls. Health Education. Primary Health Care.

INTRODUÇÃO

Com o avanço da idade, o organismo humano passa por transformações naturais que afetam o equilíbrio, a agilidade motora e a percepção sensorial [1]. Essas vulnerabilidades biológicas e a tendência à fragilidade tornam a população idosa mais suscetível a acidentes no cotidiano, especialmente no próprio lar [2]. Por ser o espaço onde os idosos passam a maior parte do tempo, a residência muitas vezes esconde pequenos perigos diários, como ambientes mal iluminados, superfícies escorregadias e móveis mal posicionados [3]. Quando associados ao uso contínuo de medicamentos (polifarmácia) e a fragilidades físicas, esses fatores elevam o risco de acidentes severos, que podem comprometer drasticamente o bem-estar e a independência da pessoa idosa [4, 5].

Diante dessa realidade, os estudantes de Medicina da Afya Bragança promoveram uma intervenção comunitária em parceria com a Unidade Básica de Saúde (UBS) Taíra, alcançando familiares dos bairros de Santa Lúcia, Pecilândia e residenciais do Caeté [6]. O foco central da iniciativa esteve no desenvolvimento de ações educativas de orientação e conscientização em saúde, buscando criar pontes de diálogo com a comunidade para transformar o ambiente doméstico em um local seguro e acolhedor [7].

A relevância da experiência está na oportunidade de integrar acadêmicos de medicina, Agentes Comunitários de Saúde e moradores em um esforço conjunto, proporcionando aos estudantes uma vivência prática sobre os desafios e as especificidades do cuidado com o idoso na Atenção Primária à Saúde [6].

Diante disso, o presente trabalho tem como objetivo relatar a experiência vivenciada por discentes de Medicina durante uma ação de extensão focada na orientação e prevenção de quedas domiciliares em idosos no território da UBS Taíra.

DESCRIÇÃO DA EXPERIÊNCIA

A atividade integrou um projeto de extensão articulado às práticas de Saúde da Família do curso de Medicina da Afya Bragança. Por se tratar de uma ação extensionista e educativa desenvolvida no âmbito acadêmico e comunitário, foram respeitados os princípios éticos institucionais, com preservação do anonimato e da confidencialidade das informações dos participantes.

A ação foi realizada nas residências pertencentes às microáreas de abrangência da Unidade Básica de Saúde Taíra, incluindo as comunidades Santa Lúcia, Pecilândia e Residencial do Caeté, no município de Bragança, Pará. O público-alvo foi constituído por pessoas idosas com 60 anos ou mais, seus familiares e cuidadores informais. As atividades ocorreram durante o mês de abril de 2026 e foram conduzidas por acadêmicos de Medicina e Agentes Comunitários de Saúde (ACS) das respectivas microáreas.

A experiência foi organizada em três etapas consecutivas. A primeira correspondeu ao planejamento e à preparação teórico-prática da atividade, envolvendo levantamento bibliográfico sobre fatores associados ao risco de quedas em pessoas idosas, elaboração de roteiro para abordagem domiciliar e seleção de materiais educativos com linguagem acessível. Paralelamente, foi realizado o alinhamento com a equipe da UBS Taíra e com os ACS para identificação das residências prioritárias, considerando idosos com mobilidade reduzida ou histórico recente de quedas.

A segunda etapa consistiu na realização das visitas domiciliares, acompanhadas pelos ACS e conduzidas por meio de diálogo, escuta qualificada e participação ativa dos moradores. Durante as abordagens, foram identificados, de forma compartilhada, fatores de risco presentes no ambiente domiciliar, entre eles tapetes sem fixação, pisos escorregadios, iluminação inadequada, obstáculos nas áreas de circulação e objetos de uso frequente armazenados em locais de difícil acesso. A partir das situações observadas, foram discutidas medidas preventivas simples e compatíveis com a realidade de cada residência, como reorganização dos espaços, retirada ou fixação de tapetes, melhoria da iluminação, utilização de calçados fechados e antiderrapantes e maior atenção durante as mudanças de posição corporal. Também foi reforçada a importância da participação de familiares e cuidadores na promoção de um ambiente mais seguro para a pessoa idosa.

Na terceira etapa, destinada à avaliação da atividade, os participantes foram convidados a relatar as principais orientações discutidas e as possíveis modificações que

poderiam incorporar à rotina domiciliar. Essa estratégia permitiu identificar a assimilação das informações abordadas e possibilitou o esclarecimento de dúvidas remanescentes, além de evidenciar o envolvimento dos participantes durante as ações educativas.

CONCLUSÃO

A intervenção contribuiu para a sensibilização de idosos, cuidadores e familiares sobre a prevenção de quedas no ambiente doméstico. Por meio da identificação compartilhada dos fatores de risco ambientais nas visitas domiciliares, identificaram-se vulnerabilidades no espaço residencial e direcionaram-se orientações práticas sobre adaptações acessíveis e hábitos de mobilidade seguros, reforçando a educação em saúde como ferramenta importante na Atenção Primária.

A experiência relatada neste trabalho consolidou a integração entre a universidade, os Agentes Comunitários de Saúde e a equipe da UBS Taíra. Para os acadêmicos de Medicina, a vivência proporcionou um aprendizado prático e humanizado, alinhado às reais necessidades do território e ao cuidado integral em saúde. Conclui-se que o relato dessa ação evidencia a relevância social de projetos de extensão comunitários, destacando a importância da continuidade de intervenções preventivas voltadas à saúde da pessoa idosa.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1.Organização Mundial da Saúde (OMS). Relatório mundial sobre envelhecimento e saúde. Genebra: Organização Mundial da Saúde; 2015.

2. Lourenço RA, Moreira VG, Mello RGB, Santos IS, Lin SM, Engstrom EM, et al. Consenso brasileiro de fragilidade em idosos: conceitos, epidemiologia e instrumentos de avaliação. Rev Bras Geriatr Gerontol. 2018;21(6):721-730.

3. Brasil. Ministério da Saúde. Diretrizes para o cuidado das pessoas idosas no SUS. Brasília: Ministério da Saúde; 2018.

4. Secoli SR. Polifarmácia em idosos: alguns módulos e desafios. Rev Esc Enferm USP. 2010;44(2):529-533.

5. Cruz DT, Ribeiro LC, Vieira MT, Teixeira MTB, Bastos RR, Leite ICG. Fatores associados a quedas em idosos residentes na comunidade. Rev Bras Geriatr Gerontol. 2019;22(2):e180156.

6. Brasil. Ministério da Saúde. Portaria nº 2.436, de 21 de setembro de 2017. Aprova a Política Nacional de Atenção Básica (PNAB). Brasília: Ministério da Saúde; 2017.

7. Freire P. Pedagogia da Autonomia: saberes necessários à prática educativa. São Paulo: Paz e Terra; 1996.