



PREVENÇÃO DE QUEDAS EM IDOSOS NA ATENÇÃO PRIMÁRIA: NOVAS PERSPECTIVAS DA ABORDAGEM FISIOTERAPÊUTICA

MAIARA MUNIZ NERES; MÁRCIA CORDEIRO DA SILVA SANTOS; MIRNA MARQUES DA FONSECA

INTRODUÇÃO: Com o envelhecimento, surgem diversas alterações nos sistemas do corpo, que podem tornar o idoso frágil e propenso a queda. O sistema musculoesquelético é um dos prejudicados, a diminuição de massa muscular não intencional, a sarcopenia, e a síndrome da fragilidade, são uns dos fatores intrínsecos que contribuem para este evento, e como fatores extrínsecos o ambiente domiciliar. Estes fatores afetam a qualidade de vida do idoso, o seu bem-estar físico e mental, e, por vezes, tornando-o frágil e dependente funcionalmente. Os sistemas de saúde também são afetados com estes eventos, sendo sobrecarregados e gerando altos custos financeiros com hospitalizações. Ações de promoção à saúde e prevenção de doenças podem ser abordadas pelo fisioterapeuta inseridos na atenção primária à saúde, por meios de intervenções de baixo custo, com o objetivo de reduzir essas incidências. **OBJETIVOS:** Compreender a abordagem fisioterapêutica para a prevenção de quedas em idosos, no nível de atendimento da atenção primária à saúde. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma revisão de literatura, onde foram pesquisados em livros e artigos científicos selecionados através das seguintes bases de dados Lilacs, Scielo, BVS, Pubmed. Foram selecionados artigos em português e inglês, de revisão bibliográfica, ensaio clínico e estudo transversal, entre o período de 2010 e 2022 que abordassem a temática sobre prevenção de quedas, a atuação do fisioterapeuta na saúde do idoso e na atenção primária à saúde. Foram excluídos os artigos que não abordassem essa temática e não estivesse no período pesquisado. **RESULTADOS:** A avaliação física e funcional, as visitas domiciliares e utilização do Timed Up and Go test (TUG), para rastreamento da sarcopenia, permitem detectar os riscos de quedas, sendo os exercícios fisioterapêuticos, as práticas de educação em saúde e adaptações no domicílio aplicados a fim de evitar essas incidências. **CONCLUSÃO:** A atuação do fisioterapeuta na atenção primária à saúde é necessária para prevenir e diminuir as incidências de quedas, utilizando recursos de fácil aplicação e baixo custo, como Timed Up and Go test (TUG), ações de educação em saúde, orientações a família/cuidador e ao idoso, são algumas intervenções utilizadas por este profissional, assim permitindo uma abordagem precoce e eficaz.

Palavras-chave: Idosos, Quedas, Prevenção, Atenção primária, Fisioterapia.