

CONSEQUÊNCIAS DA QUEDA



Dependendo da gravidade, quedas podem levar à hospitalização e até ao óbito.
Vamos ficar atentos: prevenir a queda é o melhor caminho!



Prefeitura Municipal de
Rio das Ostras

Secretaria Municipal de
Saúde

HiperDia

Elaboração:

Deise da Silva Suzano
Terapeuta Ocupacional

Monã Tavares
Fisioterapeuta

Colaboradores:

Anna Gorgonha Holanda N. Costa
Nutricionista

Cristiane Grion da Rocha
Enfermeira

Giselle Bonnan
Enfermeira

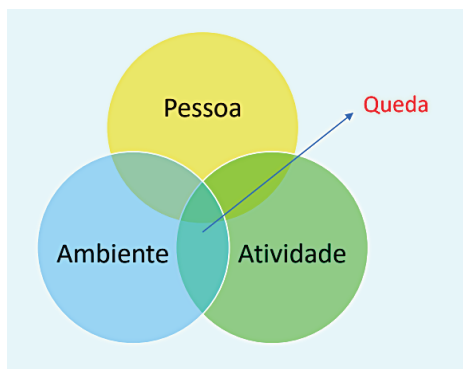
IDENTIFICANDO O RISCO DE QUEDA, DURANTE A VISITA AO PACIENTE COM HIPERTENSÃO E DIABETES

CAPACITANDO OS AGENTES COMUNITÁRIOS DE SAÚDE NA IDENTIFICAÇÃO DO RISCO DE QUEDA

QUEDA

A Organização Mundial da Saúde (OMS) define queda quando inadvertidamente vindo para cair no chão, piso ou outro nível inferior, excluindo a mudança intencional em posição para descansar em móveis, paredes ou outros objetos.

Quedas são multifatoriais



FATORES PESSOAIS

- Idade e gênero
- Perda de massa muscular
- Deficiência motora
- Equilíbrio e marcha prejudicados
- Alterações visuais
- Doenças crônicas

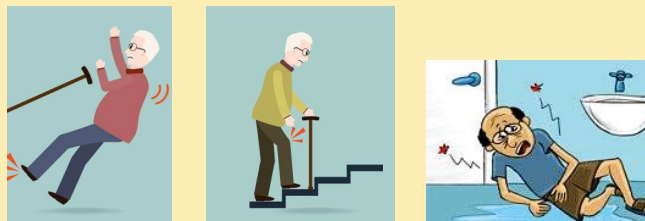


São múltiplos os fatores que podem aumentar o risco de queda.

Fique atento às suas condições de saúde, respeite seus limites durante as atividades cotidianas!

FATORES AMBIENTAIS

- Iluminação inadequada
- Falta de barras nos corredores e no banheiro
- Ausência de corrimão nas escadas

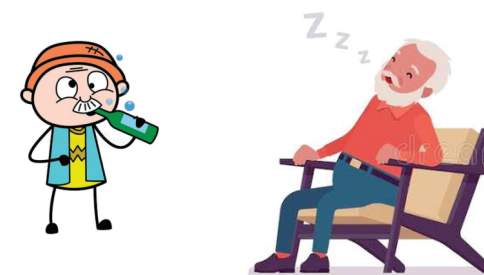


- Pisos escorregadios
- Tapetes soltos
- superfícies irregulares
- Objetos e móveis na passagem

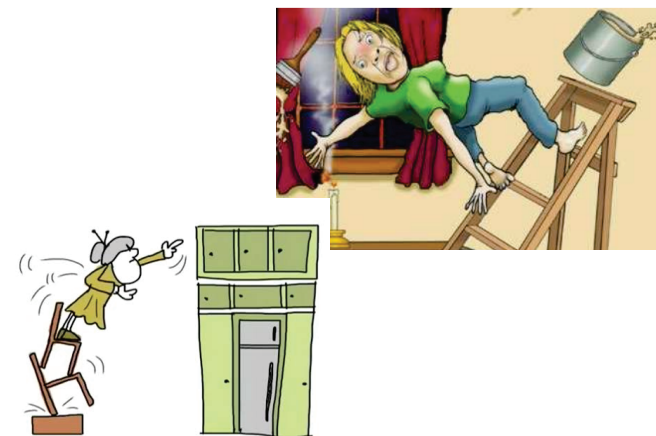


FATORES COMPORTAMENTAIS

- Uso incorreto de múltiplos medicamentos
- Uso abusivo de álcool
- Sedentarismo



- Fazer uso de calçados inapropriados
- Subir em cadeiras ou bancos para alcançar objetos em armários



Tenha paciência com suas limitações e redobre a atenção!
Saiba que a maioria dos casos de queda acontece dentro de casa!