

Manuel Brás^{1,2}, Ana Galvão^{1,2}, Dora Machado³, Fátima Brás⁴, Vera Teixeira^{1,5}, Eugénia Anes^{1,2}

¹Instituto Politécnico de Bragança, Escola Superior de Saúde; ² LiveWell Research Center; ³ULS São João, USF Pirâmides, ICBAS,, Rise Health; ⁴ULSNe, Unidade Hospitalar de Bragança; ⁵ ULSNe, Centro de Saúde de Vila Flor.

Introdução

As quedas são uma das principais causas de morbilidade, incapacidade e mortalidade entre a população idosa. Estima-se que um em cada três idosos com mais de 65 anos sofra pelo menos uma queda por ano. Nos cuidados de saúde primários (CSP), os profissionais têm um papel central na identificação de fatores de risco e na implementação de estratégias preventivas, dado o seu contacto regular com a comunidade idosa.

Mapear a evidência científica disponível sobre intervenções de prevenção de quedas nos idosos no contexto dos cuidados de saúde primários, destacando o papel dos profissionais de saúde.

Metodologia

Realizou-se uma revisão narrativa da literatura nas bases PubMed, CINAHL, SciELO e Web of Science, entre março e abril de 2025. Utilizaram-se os descritores “Idoso”, “Acidentes por Quedas”, “Cuidados de Saúde Primários”, “Prevenção de Acidentes” e “Enfermagem em Saúde Comunitária”. Foram incluídos artigos publicados entre 2014 e 2024, em português, inglês e espanhol. Resultaram da pesquisa 4 artigos (Quadro 1).

Quadro 1 - Estudos sobre prevenção de quedas nos CSP

Autor(es)	Ano	País	Tipo de Estudo	Amostra	Contributos principais
Mendes et al.	2020	Brasil	Ensaio clínico	80 idosos	Exercícios domiciliares reduziram quedas em 6 meses.
Silva & Torres	2021	Portugal	Estudo observacional	120 idosos	Avaliação multifatorial eficaz na prevenção de quedas.
González et al.	2019	Espanha	Estudo qualitativo	22 profissionais	Enfermeiros identificaram barreiras e potencial educativo.
Oliveira et al.	2022	Brasil	Estudo transversal	105 idosos	Educação sobre ambiente seguro reduziu episódios.

Resultados e Conclusão

Os estudos analisados apontam os CSP como locais privilegiados para a prevenção de quedas, destacando o papel da equipa multidisciplinar. A avaliação multidimensional do idoso, a educação para a saúde e o acompanhamento regular são estratégias eficazes. Programas comunitários com exercícios físicos supervisionados e visitas domiciliárias também mostraram bons resultados. A prevenção de quedas deve ser integrada na rotina dos CSP, com atuação interdisciplinar, avaliação contínua e educação focada nas necessidades do idoso.