

Saúde Noite & Dia



**Prefeitura de
Porto Alegre**

SECRETARIA DE SAÚDE

SAÚDE DO IDOSO



Área Técnica do Idoso - Ações Específicas
Secretaria Municipal da Saúde



**Prefeitura de
Porto Alegre**
SECRETARIA DE SAÚDE

Saúde do Idoso - Tópicos

1. Envelhecimento Populacional
2. Funcionalidade Global
3. Autonomia e Independência
4. Grandes Síndromes Geriátricas (“Is”)
5. Prevenção de Quedas
6. Vida no Trânsito
7. Atenção à Saúde SMS
8. Violência contra Idoso



**Prefeitura de
Porto Alegre**

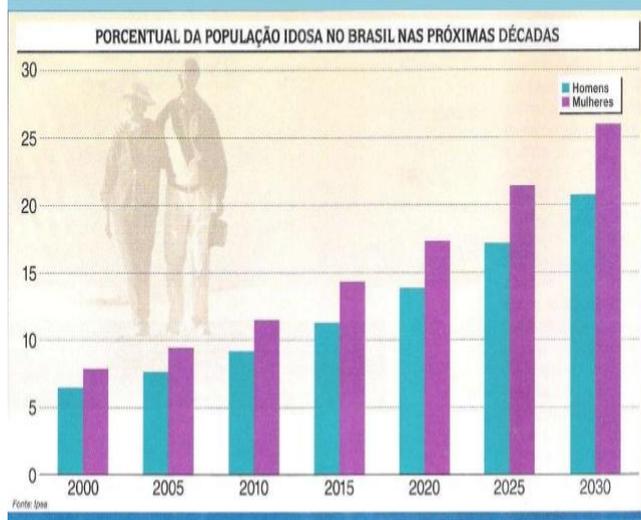
SECRETARIA DE SAÚDE

Envelhecimento Populacional

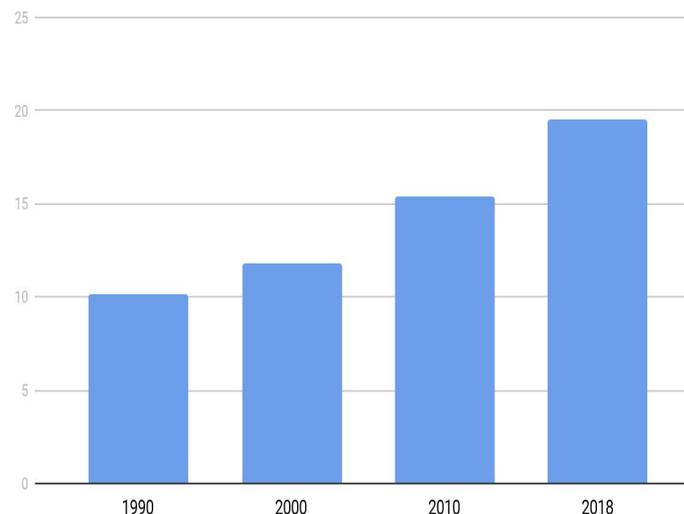
Percentual de idosos no Brasil dados do IBGE

Percentual de idosos em Porto Alegre dados do IBGE

O aumento da população idosa no Brasil



Percentual de Idosos em Porto Alegre

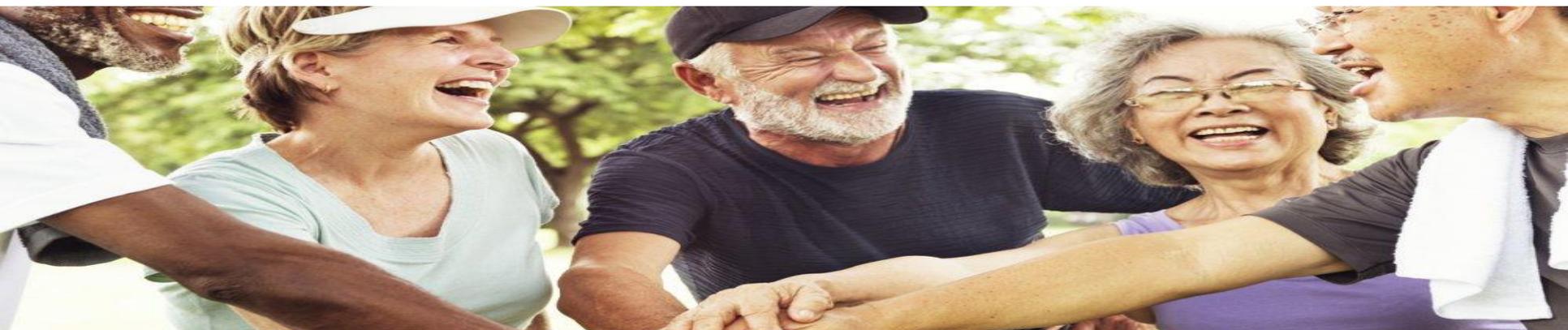


BASEADA NOS PRINCÍPIOS DO PLANO DE MADRI-ASSEMBLÉIA MUNDIAL PARA O ENVELHECIMENTO (2002):

1. Participação ativa do idoso
2. Fomento à saúde e bem-estar na velhice
3. Ambiente propício e favorável ao envelhecimento
4. Recursos sócio-educativos e de saúde



A saúde do Idoso está estritamente relacionada à sua **FUNCIONALIDADE GLOBAL**, definida como a capacidade de gerir a própria vida ou cuidar de si mesmo.



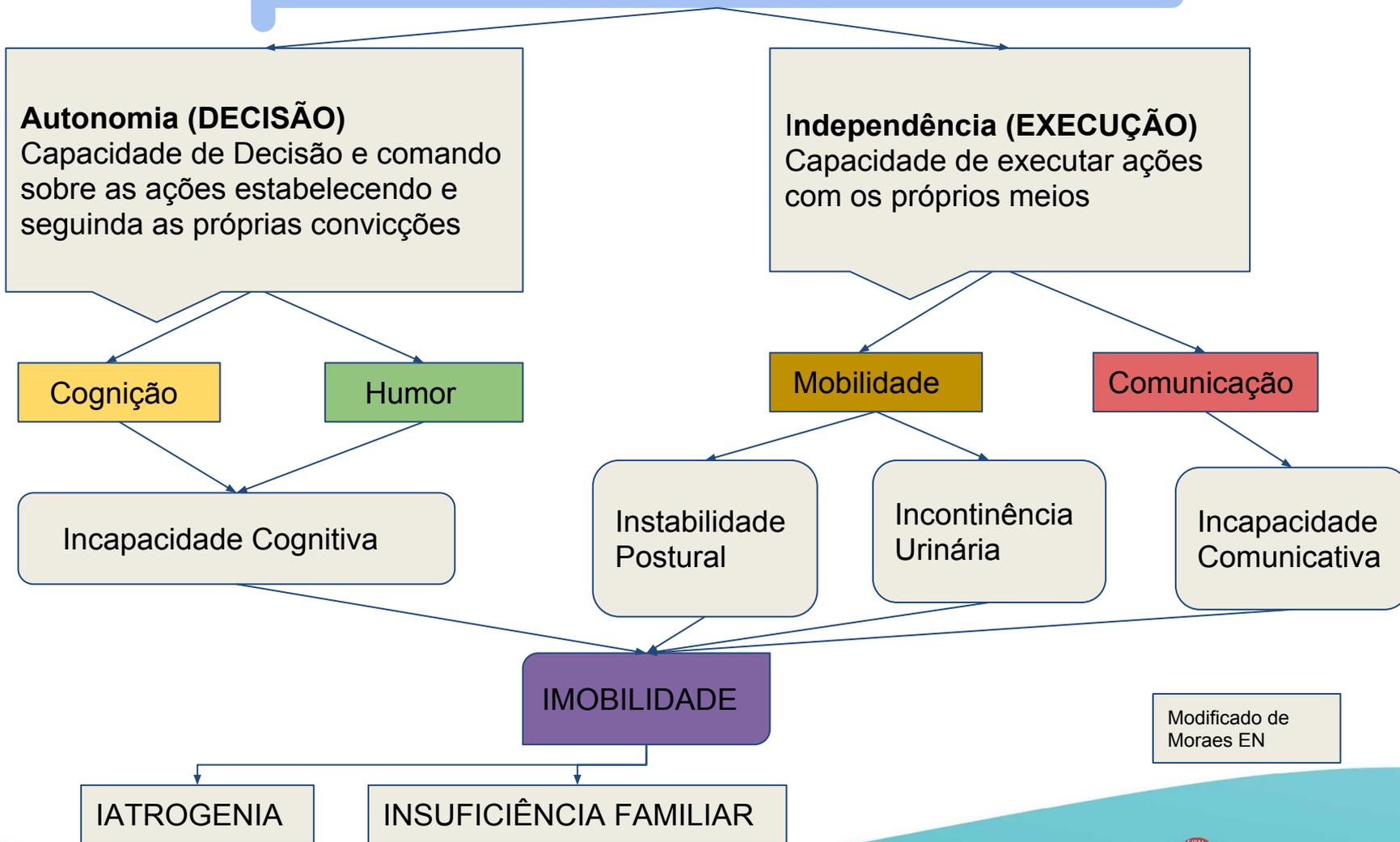
Autonomia e Independência





Funcionalidade

Capacidade de Exercer Atividades de Vida Diária Instrumentais e Avançadas



Modificado de Moraes EN

Síndromes Geriátricas

Imobilidade

Instabilidade Postural

Iatrogenia

Incontinência

Insuficiência Cognitiva

e Insuficiência Familiar



Prefeitura de
Porto Alegre

SECRETARIA DE SAÚDE

Polifarmácia

O uso regular de 5 medicações ou mais é conhecido como polifarmácia.

A chance de que ocorram efeitos colaterais, reações cruzadas, confusões ou esquecimento do uso são muito elevadas.

Estes fatores se multiplicam se o uso deve ser repetido várias vezes por dia.

Prevenção de Quedas

- Elimine (ou fixe) tapetes e tacos soltos
- Evite circular em pisos escorregadios e encerados
- Coloque barreiras em locais de riscos
- Identifique os locais de risco destacando as mudanças de nível (degraus)
- Mantenha fios elétricos e de telefone, jornais e revistas fora das áreas de trânsito
- Evite cortinas ou suportes de panos junto ao fogão

- **Evite as mudanças bruscas de iluminação e os reflexos.**
- **Instale uma luz noturna (que deverá ficar acesa durante toda a noite) no trajeto entre o dormitório e o banheiro.**
- **Garanta acesso livre aos interruptores e tomadas (localizados junto às portas)**

- **Instale BARRAS DE SEGURANÇA no box do chuveiro, nas paredes em torno da banheira e ao lado do sanitário.**
- **Providencie o assento para o vaso sanitário em cor contrastante com os demais elementos do ambiente.**
- **BANHO NO BOX: utilize uma cadeira com pés ANTIDERRAPANTES e com o “chuveirinho”**
- **REFORMAS apenas com técnico/construtor habilitado**

- **Compre móveis estáveis, sem risco de virar (não use cadeiras para subir)**
- **Use cadeiras que tenham um encosto confortável, fáceis de sentar e levantar.**
- **Quando LEVANTAR DA CAMA, primeiro ponha os pés no chão e sente por alguns instantes até ter certeza de que não vai ficar tonto. Depois, levante devagar para evitar sentir tonturas.**
- **Sente sempre em uma cadeira (ou cama) para vestir-se ou despir-se e para calçar ou descalçar os sapatos**

- **Evite manter os animais domésticos dentro de casa ou em áreas de circulação**

- **Coloque corrimão nas escadas e corredores (preferencialmente nos dois lados)**
- **Use sempre o corrimão como APOIO para descer e para subir.**

- **Use carrinhos para mover objetos pesados ou mesmo as compras pesadas do supermercado.**

PREVENIR É SEMPRE MELHOR QUE REMEDIAR!



Vida no Trânsito - Pedestre Idoso

Há alguns anos, a **Empresa pública de transporte e Circulação (EPTC)** e a **Secretaria Municipal de Saúde (SMS)**, de forma conjunta, desenvolvem o projeto **Vida no Trânsito**.

De âmbito nacional e coordenado pelo Ministério da Saúde, a iniciativa propõe, entre outras coisas, a análise individual dos acidentes de trânsito com morte registrados na Capital.

O objetivo é identificar os fatores/conduitas de risco e os usuários que contribuíram para a ocorrência dos acidentes. Com base nesses dados, são elaborados projetos e ações de segurança viária mais efetivas, reduzindo o número de lesões e mortes no trânsito.

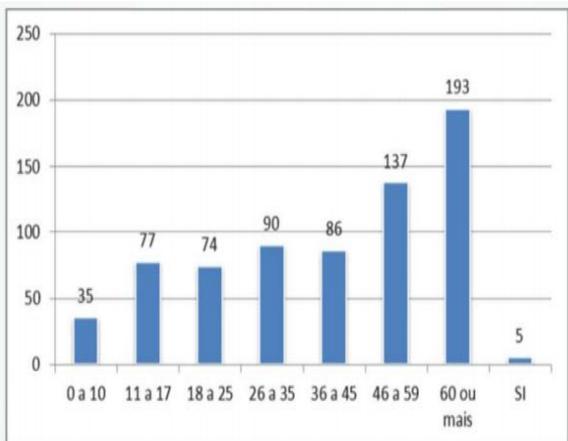
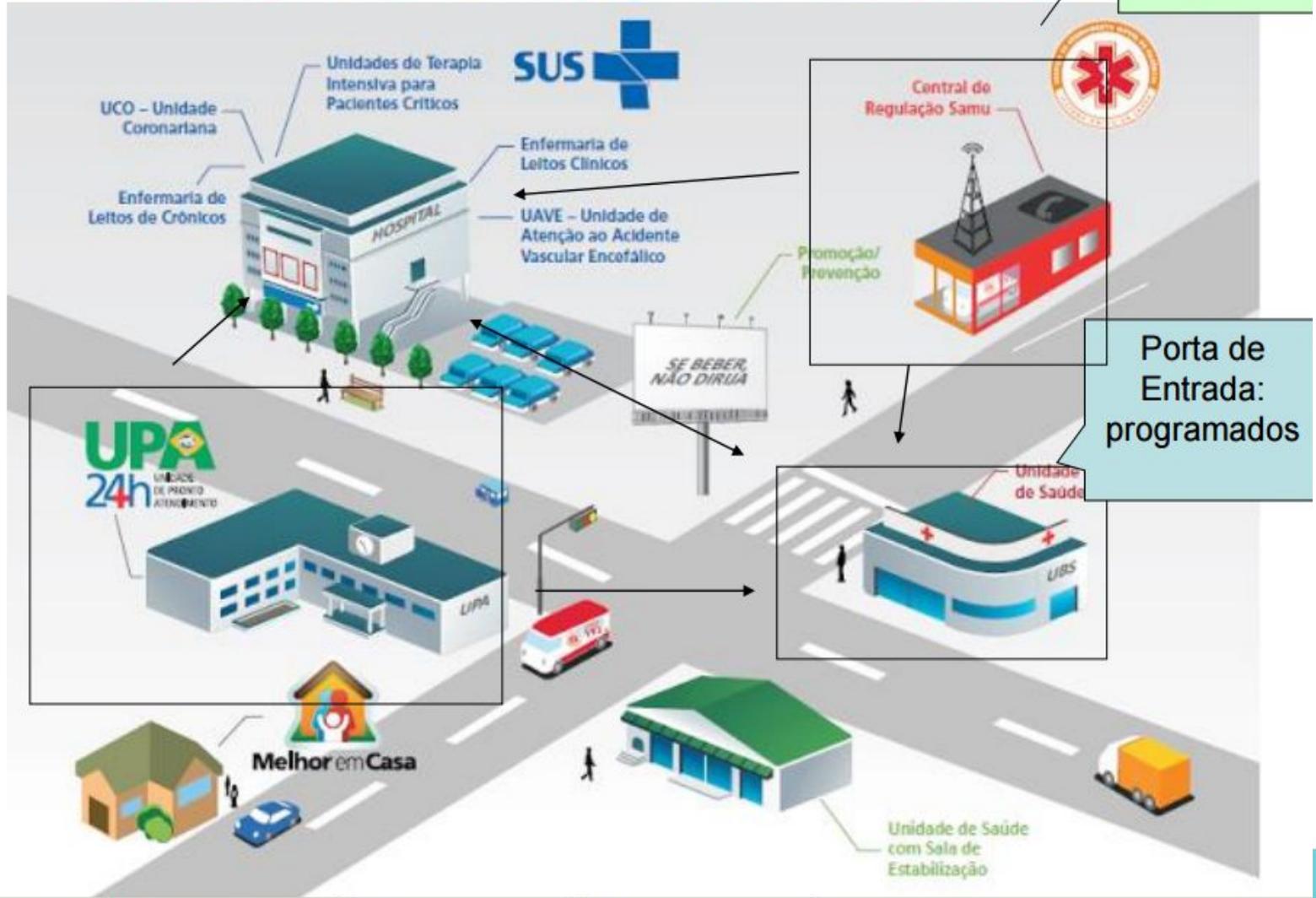


Gráfico 8 - Faixa etária das vítimas graves em situação de pedestre. Porto Alegre, 2012-2014
Fonte: CAT, 2015.

Com as medidas adotadas a partir de 2015 dentro do tema **Educação para o Trânsito** voltado à : população de idosos, motoristas e cobradores de ônibus, trabalhadores de empresas privadas e nas mais diferentes áreas do setor público, já houve redução no número de acidentes graves com pessoas idosas.

Sistema Único de Saúde

Urgências



Prefeitura de Porto Alegre

SECRETARIA DE SAÚDE

APS - Unidades Básicas de Saúde regionalizadas

Acolhimento, vacinas, atividades em grupo, consultas com marcação diferenciada, procedimentos, visitas domiciliares, além de Grupos de Convivência

Atenção Especializada

Centro de Especialidades IAPI, Navegantes, Bom Jesus, Modelo, Santa Marta, Vila dos Comerciários(Cruzeiro do Sul) e Lomba do Pinheiro

- Serviços de Saúde Mental (Ambulatório Especializado de Saúde Mental Adulto, CAPS, EESCA, Equipes de Matriciamento)
- CRTBs (C.S.Vila dos Comerciários – 3289.4081, C.S. Bom Jesus – 3289.5439 e 3289.5400, C.S. Navegantes – 3289.5533 e 3289.8261, C.S. Modelo – 3289.2561 e 3289.2555)
- CAPS
- Ambulatórios de Fisioterapia (CSVC/Centro de Reabilitação e IAPI com estágio IPA e Rede Contratada de Serviços)
- CEO – Centro de Especialidades Odontológicas (GHC,CSV, Bom Jesus, Santa Marta, IAPI, UFRGS).
- Farmácias Distritais

Programa Melhor em Casa- atendimento domiciliar

Trabalho Intersetorial • FASC • COMUI • Defensoria Pública / Ministério Público • Violação dos Direitos Humanos-Disque 100 • Delegacia do Idoso • Secretarias Municipais (Educação, Cultura, Transportes, Diretoria de Esportes)

Atendimento de Urgências/ Emergências : SAMU (192), UPAs e Rede Hospitalar conveniada • P.A. Cruzeiro do Sul • P.A. Bom Jesus • UPA Lomba do Pinheiro • Restinga • UPA Zona Norte (Moacir Scliar)



**Prefeitura de
Porto Alegre**
SECRETARIA DE SAÚDE

Não apenas viver mais,mas viver MELHOR

- Alimentação Saudável
- Atividade física regular
- Socialização/ Participação
- Revisão de saúde periódica



Violência contra o Idoso

15 de junho: Dia Mundial da Conscientização da Violência Contra a Pessoa Idosa

- Tipos:**
1. Física
 2. Psicológica
 3. Patrimonial
 4. Negligência
 5. Abandono
 6. Sexual
 7. Autonegligência

Obrigada

