

OFICINA DE EQUILÍBRIO: PREVENÇÃO DE QUEDAS PARA O PÚBLICO IDOSO

Coordenador: ANDREA KRUGER GONÇALVES

Entre as modificações que ocorrem com a população idosa está o aumento do risco de quedas, o que pode ser um fator agravante que vem sendo considerado relevante para a execução das atividades da vida diária. As quedas são deslocamentos não intencionais do corpo para um nível inferior à posição inicial com incapacidade de correção em tempo hábil, determinados por circunstâncias multifatoriais, comprometendo a estabilidade. A recomendação de atividades que desenvolvam e aperfeiçoem a capacidade de equilíbrio em idosos torna-se primordial para manter o status de saúde e a adaptação às exigências da vida moderna. Os resultados da oficina de equilíbrio estão relacionados com a redução dos índices de queda, além do desenvolvimento das capacidades motoras que propiciam esta melhora na condição de saúde.