

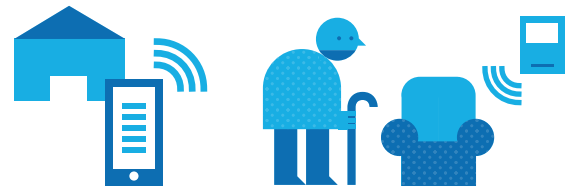
# Prevenção de quedas em pessoas idosas

## O QUE TEM SIDO FEITO PARA PREVENIR QUEDAS EM PESSOAS IDOSAS

A **Parceria Europeia de Inovação** no domínio do **Envelhecimento Ativo e Saudável** (PEI/EAS) apoia agentes públicos e privados em toda a UE na prevenção de quedas em pessoas idosas, através de:

### CAMPANHAS DE INFORMAÇÃO

para promover a consciencialização das pessoas idosas e das suas famílias de que as quedas não são inevitáveis e de que a sua prevenção é possível



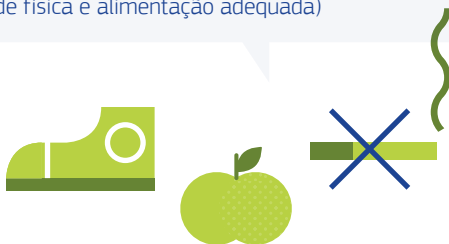
### ALTERAÇÕES AMBIENTAIS

para melhorar as condições de vida:

- **Design adequado à idade** em casas privadas ou espaços públicos (ex. parapeitos, corrimões, superfícies antiderrapantes, etc.)
- **Soluções TIC** (Tecnologia de Informação e Comunicação) para deteção e prevenção de quedas (ex. casa monitorizada)

### AÇÕES DE PREVENÇÃO

centradas na promoção de estilos de vida saudável (ex. não fumar, moderar o consumo de álcool, realização de atividade física e alimentação adequada)



### MÉTODOS DE RASTREIO

para identificação de indivíduos com elevado risco de queda que poderão beneficiar de intervenções personalizadas

### COOPERAÇÃO ENTRE PROFISSIONAIS DE SAÚDE E CUIDADORES

para a realização de intervenções adequadas ao paciente

