

Mentoria Ebserh Saúde do Idoso

Lista de Questões

1. (Prefeitura de Cuiabá-MT/IBFC/2023) Com o envelhecimento, há modificação da composição corporal, bem como alteração da composição e do número de células e estruturas especializadas. Em relação à fisiologia do envelhecimento, assinale a alternativa incorreta.

- a) Há redução da água intracelular, o que interfere na ação de medicamentos.
- b) Há redução da quantidade de gordura, o que interfere na ação de medicamentos.
- c) Há redução progressiva do número de células do nódulo sinusal, predispondo às arritmias.
- d) Há redução das glândulas sebáceas, o que predispõe à xerose cutânea.

2. (Residências/UPE/2023) No cuidado de enfermagem com a pessoa idosa, leia as afirmativas abaixo:

I. A Avaliação Geronto-Geriátrica tem como objetivo desenvolver um plano adequado de tratamento, considerando as especificidades dos processos de senescência e senilidade, auxiliando na redução de exposição a fatores de risco de agravos à saúde do idoso.

II. Na primeira consulta de enfermagem, o enfermeiro deve ter o cuidado de levantar e sanar todos os problemas do idoso, além de construir um vínculo que deverá ser duradouro e produtivo para ambos.

III. A visita domiciliar faz parte da estratégia da Atenção à Saúde, que engloba o fornecimento de um tratamento padronizado. É um método aplicado à pessoa idosa que enfatiza sua autonomia e realça suas habilidades funcionais dentro de seu próprio ambiente.

IV. O enfermeiro no contexto domiciliar deve trabalhar com o fato da sua inserção no domicílio do usuário devendo, portanto, ficar atento para cuidar sem invadir, observando os princípios éticos e legais que sempre nortearam a profissão.

Estão CORRETAS

- a) I, II, III e IV. b) apenas I, II e III. c) apenas I, II e IV. d) apenas II e III. e) apenas I, III e IV.

(Prefeitura de São Francisco do Guaporé-RO/MS CONCURSOS/2021- Adaptada) Numa avaliação multidimensional do idoso, temos o “Índice de Tinetti”. Podemos afirmar sobre este índice:

3. É compreendido por duas escalas: a de equilíbrio e a de marcha.

- () Certo () Errado

4. (HU-USP/FUVEST/2022) A causa de uma queda é multifatorial e pode ser composta de fatores intrínsecos e extrínsecos e situacionais. A esse respeito, é correto afirmar:

a) Os fatores extrínsecos estão relacionados à reação adversa medicamentosa, como o uso de sedativos, hipnóticos, opioides, ao ambiente desconhecido de um quarto de hospital com barreiras que impedem a circulação e ao histórico de quedas anteriores.

b) Os fatores intrínsecos estão relacionados ao descondicionamento, prejuízo cognitivo, agitação e confusão e ao uso inadequado de dispositivos de assistência como andador, bengala ou muleta.

4. (HU-USP/FUVEST/2022)

- c) A avaliação do risco de queda no ambiente hospitalar deve ser realizada na admissão do paciente, após uma alteração da condição clínica do paciente, depois de uma queda e na transferência intra-hospitalar.
- d) A escala de Queda de Morse considera quatro critérios para o risco de quedas, sendo eles: histórico de quedas, auxílio na deambulação, marcha e terapia nutricional.
- e) Para pacientes idosos com risco de quedas, em uso de medicamentos que apresentam como efeitos colaterais a confusão e agitação, recomenda-se o uso de sedativos para a prevenção de quedas.

(EBSERH Nacional/CESPE/2018) Acerca dos cuidados de enfermagem para evitar queda intra-hospitalar, julgue o item subsequente.

5. A escala de Morse é utilizada para mensuração do risco de quedas dos pacientes internados em hospitais.

- () Certo () Errado

6. (HUGG-UNIRIO/IBFC/2017) A avaliação geriátrica ampla (AGA) é uma ferramenta fundamental para a avaliação do paciente idoso. Dentro da AGA há diversos testes e instrumentos que podemos utilizar. Assinale a afirmativa correta que cita esses instrumentos de avaliação e sua respectiva importância no contexto da AGA:

- a) *Timed up and go*, para avaliação de risco de quedas.
- b) Escala de Tinetti para avaliar sarcopenia no idoso.
- c) Escala de Katz para avaliar função cognitiva.
- d) Teste do desenho do relógio para avaliar capacidade funcional.
- e) Questionário de Pfeffer para avaliar condições socioambientais.

7. (Prefeitura de Cuiabá-MT/IBFC/2023) Quedas são frequentes em pessoas idosas, mas podem ser evitadas com alguns cuidados. Geralmente, esses tombos provocam fraturas, traumatismo craniano, contusão muscular e, principalmente, o medo de cair novamente. Assinale a alternativa incorreta sobre quais são os cuidados que devem ser tomados para a prevenção de quedas de pessoas idosas para evitar que tais situações aconteçam e coloquem a qualidade de vida da pessoa idosa em questão.

- a) Manter os ambientes iluminados.
- b) As escadas e os corredores devem ter corrimão em um dos lados.
- c) Os sapatos devem ser fechados com solados de borracha.
- d) Utilizar tapete antiderrapante no banheiro.

8. (Prefeitura de Araranguá-SC/FEPESE/2021) O processo de envelhecer é influenciado por diversos fatores, entre eles as doenças crônicas e os eventos adversos. Dentre estes, destaca-se o evento quedas. Sobre o tema, escolha a alternativa correta:

- a) Os fatores de riscos comportamentais para a ocorrência de quedas estão relacionados ao uso de medicamentos, de calçados inadequados, consumo de álcool, drogas, ausência da prática de atividades físicas, entre outros.

8. (Prefeitura de Araranguá-SC/FEPESE/2021)

- b) O evento quedas significa que o indivíduo deslocou-se acidentalmente, de forma não intencional, de uma altura de pelo menos 1 metro de altura, caindo no chão.
- c) Os fatores de riscos intrínsecos para quedas são relacionados ao meio ambiente como piso escorregadio, escadas, pouca iluminação, calçadas irregulares, uso de tapete e outros.
- d) Os fatores de risco extrínsecos para quedas são as doenças crônicas, a idade, o sexo, alteração cognitiva, problemas sensoriais e de equilíbrio, alterações no sistema nervoso central, tonturas, alteração do sono, problemas urinários.
- e) Um idoso que nunca caiu tem mais chances de cair em comparação àquele que já tem um histórico prévio de quedas.

9. (Aeronáutica/2015) Em relação à osteoporose e às fraturas ósseas em idosos, assinale a alternativa incorreta.

- a) Geralmente a osteoporose é assintomática.
- b) A fratura de fêmur proximal é comum ocorrer antes da queda.
- c) Apenas 30%, aproximadamente, dos pacientes com fraturas vertebrais procuram atendimento médico.
- d) Locais de maior ocorrência de fraturas de baixo impacto são vértebras, punho e região proximal do fêmur.

10. (EBSERH Nacional/VUNESP/2020) A alimentação tem papel fundamental para prevenção e controle da osteoporose. A esse respeito, é correto afirmar que

- a) o consumo excessivo de carnes vermelhas está relacionado ao menor risco de osteoporose.
- b) os nutrientes mais diretamente associados com a prevenção da perda óssea são o cálcio e a vitamina D.
- c) a prática de atividade física aumenta a absorção de cálcio somente na infância, sendo nula na idade adulta e na velhice.
- d) a presença de magnésio, além de outros minerais, dificulta a absorção do cálcio.
- e) as frutas cítricas são a melhor fonte de pró-vitamina D, sendo fundamental o seu consumo na prevenção da osteoporose.

11. (Prefeitura de Balneário Camboriú-SC/FEPESE/2023) Para uma completa avaliação do idoso, existem um conjunto de dados clínicos, testes e escalas que podem auxiliar no melhor planejamento do cuidado pelo enfermeiro. Sobre esse tema, é correto afirmar:

- a) Autonomia e independência podem ser considerados sinônimos pois sempre serão diretamente proporcionais.
- b) A avaliação da fragilidade no idoso é de suma importância e o enfermeiro deve se atentar a sinais e sintomas de alerta como sarcopenia, perda da força, alteração na marcha e fadiga.
- c) A avaliação instrumental da vida diária avalia o estado de equilíbrio do idoso e é bastante utilizada para avaliar risco de quedas.
- d) A avaliação das atividades básicas da vida diária é a avaliação funcional que inclui as habilidades do idoso para administrar o ambiente em que vive, incluindo manusear seu próprio dinheiro, tomar medicações e fazer compras.

11. (Prefeitura de Balneário Camboriú-SC/FEPESE/2023)

e) O mini exame do estado mental é uma avaliação funcional simples do idoso que inclui a avaliação das tarefas que o mesmo consegue realizar para cuidar de si, incluindo tomar banho, vestir-se, ir ao banheiro.

12. (Residência/UPE/2023) Sobre o uso de instrumentos de avaliação de funcionalidade, leia as afirmativas abaixo:

I. A autonomia é considerada a capacidade individual de decisão e comando sobre as próprias ações. Já a independência se refere à realização de atividades com os próprios meios e está ligada à execução a partir de suas habilidades físicas.

II. A avaliação funcional é tida como estratégia pela Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa no Brasil, que considera a relevância desse conhecimento na determinação do grau de dependência da pessoa idosa e dos tipos de cuidados que precisarão ser planejados.

III. As AVD (atividades de vida diária) constituem um conjunto de atividades realizadas por uma pessoa cuidadora do idoso de maneira ativa, visando ao autocuidado, à autonomia e à mobilidade. Essa atividade pode ser dividida em três grupos.

Está CORRETO o que se afirma em

- a) I e III, apenas. c) III, apenas. e) II e III, apenas.
b) I e II, apenas. d) I, II e III.

13. (MEAC e HUWC UFC/EBSERH/Instituto AOCP/2014) O Brasil apresenta uma alta taxa de envelhecimento populacional. Com relação ao envelhecimento do ser humano assinale a alternativa INCORRETA.

a) Dependência incompleta: apresenta comprometimento de uma das funções vegetativas simples (transferência e/ou continência), além de, obviamente, ser dependente para banhar-se, vestir-se e usar o banheiro.

b) Atividades como transferência, continência e alimentação são funções vegetativas simples, portanto, mais difíceis de serem perdidas.

c) Independência: representa o comprometimento de, pelo menos, uma das funções influenciadas pela cultura e aprendizado (banhar-se e/ou vestir-se e/ou uso do banheiro).

d) O comprometimento dos principais sistemas funcionais gera as incapacidades e, por conseguinte, as grandes síndromes geriátricas.

e) O desconhecimento das particularidades do processo de envelhecimento pode gerar intervenções capazes de piorar a saúde do idoso, conhecidas como iatrogenia.

14. (Prefeitura de Cuiabá-MT/IBFC/2023) A atenção integral e integrada à Saúde da Pessoa Idosa, reforça a importância de implementar a avaliação funcional individual e coletiva. São consideradas categorias da pessoa idosa, exceto:

a) Idoso independente.

b) Idoso independente, mas com dificuldade em desenvolver atividades instrumentais de vida diária.

c) Idoso frágil, mas não acamados e sem diagnóstico de doenças causadoras de incapacidade funcional.

d) Idoso frágil, acamados, que vivem em instituições de longa permanência, acamados e que apresentam doenças causadoras de incapacidade funcional.

15. (EBSERH Nacional/IBFC/2019) O rápido crescimento da população idosa, em poucos anos irá mudar completamente o atual quadro demográfico, trazendo efeitos significativos em todos os níveis da sociedade, principalmente na saúde pública e conseqüentemente para os profissionais da saúde. Analise as afirmativas abaixo.

I. As quedas constituem importante agravo à saúde do idoso e estão associadas a elevados índices de morbimortalidade. Algumas causas mais comuns das quedas são fatores ambientais; diminuição da acuidade visual;

distúrbios de equilíbrio e marcha. É função do enfermeiro identificar os fatores de risco na consulta de enfermagem.

II. A demência caracteriza-se pelo prejuízo de um nível intelectual prévio. A causa mais comum de demência é a Doença de Alzheimer, responsável por 50-60% de todos os casos, e sua prevalência aumenta após os 60 anos de idade. Após o enfermeiro identificar o agravo é necessário o encaminhamento para uma avaliação especializada.

III. A sexualidade faz parte de todas as etapas da vida, e sua expressão saudável é fundamental para a felicidade do ser humano. Durante a consulta de enfermagem o enfermeiro pode identificar o surgimento de algum problema que possa interferir na sexualidade da pessoa idosa, por exemplo, a polifarmácia, transtornos físicos e psicológicos.

Assinale a alternativa correta.

- a) Apenas as afirmativas I e II estão corretas.
- b) Apenas a afirmativa I está correta.
- c) Apenas as afirmativas II e III estão corretas.
- d) As afirmativas I, II e III estão corretas.
- e) Apenas a afirmativa II está correta.

16. (HC-UFMG/EBSERH/AOCP/2014) São causas reversíveis de demência, EXCETO

- a) Uso de medicamentos (psicotrópicos e analgésicos narcóticos).
- b) Metabólica (distúrbio hidroeletrólítico, desidratação, insuficiência renal ou hepática e hipoxemia).
- c) neurológica (hidrocefalia de pressão normal, tumor e hematoma subdural crônico).
- d) Infecciosas (Meningite crônica, AIDS, neurosífilis).
- e) físicas (perda de membros do corpo, cortes e hematomas).

17. (Prefeitura de São João del Rei-MG/FUMARC/2023) Em relação às síndromes demenciais do idoso, considere as afirmativas abaixo:

I. A idade é considerada o fator de risco mais importante para as síndromes demenciais.

II. A depressão é uma das causas de síndrome demencial reversível.

III. Na suspeita de demência, o médico da atenção primária deve, inicialmente, ouvir o idoso e o cuidador e fazer o mini exame do estado mental.

IV. O diagnóstico etiológico das demências só pode ser realizado por neurologista especializado em demências.

V. A demência deve ser considerada como aspecto inevitável do envelhecimento.

Estão CORRETAS apenas as afirmativas:

- a) II e III.
- b) I, II e III.
- c) I, II e IV.
- d) I, III e V.

18. (HUGG-UNIRIO/EBSERH/IBFC/2017) Paciente idoso, sexo masculino, iniciou quadro de rigidez e quedas frequentes. Após 3 meses, iniciou quadro de declínio cognitivo, apresentando flutuações do quadro neuropsiquiátrico, alucinações visuais recorrentes detalhadas e estruturadas. Devido às alucinações foi medicado com antipsicóticos, porém apresentou piora do quadro rígido-acinético, apresentando hipersensibilidade a esse tipo de medicação. Assinale a alternativa correta quanto à hipótese diagnóstica para o quadro acima:

- a) Doença de Parkinson.
- b) Atrofia de múltiplos sistema.
- c) Demência com corpos de Lewy.
- d) Degeneração corticobasal.
- e) Paralisia supranuclear progressiva.

19. (Prefeitura de Cuiabá-MT/IBFC/2023) Paciente de 67 anos, iniciou quadro de tremor em membro superior direito, em repouso. Apresenta, ainda, queixa de três quedas nos últimos 2 meses. Relata sensação de “perna pesada”. Filho notou que alterações iniciaram há um ano, apresentando marcha lenta, com passos curtos. Em consulta, foi aventada a hipótese de Doença de Parkinson. Considerando o caso acima, assinale a alternativa correta.

- a) Na Doença de Parkinson, existem os sinais cardinais: bradicinesia, tremor de repouso, rigidez e instabilidade postural, no entanto o tremor de repouso é obrigatório.
- b) Se confirmado o diagnóstico, é frequente haver comprometimento rápido da cognição, apresentando demência pela doença de Parkinson após menos de um ano do diagnóstico.
- c) Transtornos de humor como depressão e ansiedade são pouco frequentes em pacientes com Parkinson.
- d) Sintomas não motores da Doença de Parkinson como alteração do sono REM, constipação intestinal e hiposmia são frequentes e podem manifestar-se anos antes dos sintomas motores.

20. (Residência Multiprofissional em Saúde/IFPR/2023) Os sintomas da depressão podem variar em função dos indivíduos e podem ser causados por várias outras doenças, geralmente coexistentes. Dessa forma, no momento da consulta ou do acolhimento da pessoa idosa, o profissional de saúde deve estar atento para alguns sinais e sintomas que sugerem depressão, como:

- a) fadiga matutina e queixas acentuadas de anedonia.
- b) tabagismo de início recente e alucinações visuais.
- c) acinesia e perda de memória recente.
- d) fácies amímica e afasia.
- e) agnosia e ecolalia.

21. (Prefeitura de Maringá-PR/CESPE/2022) A respeito da assistência de enfermagem em gerontologia, assinale a opção correta.

- a) A causa mais comum de demência na pessoa idosa é a demência vascular, caracterizada por um início insidioso, o qual se manifesta, geralmente, após um episódio vascular.
- b) Na pessoa idosa portadora de diabetes, as intervenções dietéticas, com o objetivo de redução de peso, devem ser consideradas após a introdução medicamentosa.
- c) O enfermeiro deve estar atento às causas de demências reversíveis — por exemplo a neurológica (hidrocefalia), as infecciosas (meningite crônica) e o alcoolismo crônico —, as quais, se tratadas precocemente, podem reverter o quadro demencial.

21. (Prefeitura de Maringá-PR/CESPE/2022)

- d) Nos quadros de pseudo-hipertensão — fenômeno comum na pessoa idosa —, poderá ser utilizada a manobra de Osler, que consiste na insuflação do manguito no braço do paciente até o desaparecimento do pulso radial; se a artéria for palpável após esse procedimento, o paciente é considerado Osler negativo.
- e) A incontinência urinária, incapacidade de controlar a eliminação da urina na bexiga, pode restringir a independência da pessoa idosa, assim como comprometer sua aceitação social e convívio familiar, sendo indicado, nessas situações, o uso constante de fraldas.

22. (EBSERH/HU-UFJF/AOCP/2015) Em relação às alternativas a seguir, qual delas NÃO condiz com as diretrizes da Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa?

- a) Promoção do envelhecimento ativo e saudável.
- b) Atenção integral, integrada à saúde da pessoa idosa.
- c) Estímulo às ações setoriais, visando à fragmentação da atenção.
- d) Estímulo à participação e fortalecimento do controle social.
- e) Apoio ao desenvolvimento de estudos e pesquisas.

23. (Residência Multiprofissional em Área da Saúde/EBSERH/UFF- HUAP/COSEAC/2023) De acordo com a Política Nacional do Idoso, especificamente sobre a prevenção da violência contra o idoso, assinale a opção correta

- a) Para fins de prevenção da violência contra o idoso, existe a notificação compulsória, que impõe ao responsável pela prestação do serviço de saúde, o dever de comunicar à autoridade sanitária qualquer ação ou omissão praticada em local público ou privado que lhe cause morte, dano ou sofrimento físico ou psicológico.
- b) Além da autoridade sanitária, deverão ser comunicados os casos de violência contra o idoso aos seguintes órgãos: Conselho tutelar; Secretaria de Saúde; Conselho Municipal do Idoso e; Associação de moradores do bairro permitindo a participação social.
- c) A rede de abrigos e a articulação no nível governamental entre as áreas de assistência social e saúde são, por exemplo, alguns dos fatores que têm facilitado o atendimento das demandas da população idosa carente e dependente, fazendo com que apenas por meio de ações judiciais, individuais ou coletivas, os direitos sejam atendidos.
- d) Dentre as medidas para reversão do quadro de violência, existem aquelas que contemplam os idosos independentes do ponto de vista financeiro, físico, sensorial e mental, e tais medidas são primordiais uma vez que estas são as principais vítimas de maus-tratos, abusos e abandonos.

24. (IAPEN-AP/FCC/2018) Segundo o Estatuto do Idoso, Lei no 10.741/2003, deve ser assegurado, às pessoas com idade igual ou superior a 60 anos, o direito à vida, à saúde, à alimentação, à educação, à cultura, ao esporte, ao lazer, ao trabalho, à cidadania, à liberdade, à dignidade, ao respeito e à convivência familiar e comunitária. A efetivação desses direitos, prevê a lei,

- a) deve observar a priorização do atendimento do idoso por sua própria família, em detrimento do atendimento asilar.
- b) é obrigação do próprio idoso, de sua família, do Conselho Tutelar, da sociedade e do poder público.

24. (IAPEN-AP/FCC/2018)

- c) deve se dar de forma gradativa, conforme avançarem as condições sociais e econômicas do país.
- d) será garantida, prioritariamente, por meio de ações articuladas entre as famílias e as organizações não governamentais de proteção aos idosos.
- e) goza de prioridade relativa, condicionada e restrita aos maiores de 80 anos.

25. (HC-UFMG/EBSERH/AOCP/2014) Segundo o Estatuto do Idoso, é INCORRETO afirmar que

- a) O envelhecimento é patológico sendo importante sua institucionalização.
- b) o envelhecimento é um direito individual e sua proteção, um direito social.
- c) é obrigação do Estado garantir à pessoa idosa proteção à vida e à saúde, que consistem no respeito à integridade física e moral.
- d) são assegurados aos idosos: respeito, liberdade e dignidade. É obrigação do Estado e da sociedade garantir esses direitos.
- e) o direito à liberdade compreende: liberdade de ir e vir, de opinião e expressão, de crença e culto religiosos, prática de esportes e diversão entre outros.

26. (PM-ES/AOCP/2022) I.G.M, sexo feminino, idosa, 72 anos, comparece à UBS para consulta agendada. Durante a consulta, o profissional de saúde que a atende checa as suas informações na Caderneta de Saúde que ela trouxe consigo, cujo Protocolo de Identificação do Idoso Vulnerável (VES-13) é de 2 pontos. Sobre a atenção à saúde da pessoa idosa no SUS, assinale a alternativa correta.

- a) De acordo com o VES-13, a senhora I.G.M é classificada como idosa em risco de fragilização.
- b) Pela pontuação atingida no VES-13, pode-se afirmar que a senhora I.G.M faz uso de polifarmácia.
- c) Controle de gastos e gestão das finanças são elementos que fazem parte da avaliação de saúde da pessoa idosa, porém não estão contemplados no VES-13.
- d) A Caderneta de Saúde da Pessoa Idosa é um instrumento de uso restrito da Atenção Primária para o melhor acompanhamento do estado de saúde dos idosos.
- e) A investigação do humor aparece na Caderneta de Saúde da Pessoa Idosa como questionamento complementar ao protocolo VES-13.

27. (Prefeitura de Cuiabá-MT/IBFC/2023) A incontinência urinária é altamente prevalente na população idosa, sendo responsável por situações de constrangimento, com aumento do isolamento de quem a sofre, levando até a casos de institucionalização do paciente. Considerando o tema acima, assinale a alternativa incorreta.

- a) A incontinência urinária por transbordamento, devido casos de hiperplasia prostática benigna, é mais frequente nos homens do que nas mulheres. O tratamento farmacológico consiste no uso de alfabloqueadores e agonistas parassimpáticos.
- b) A incontinência urinária de urgência é a mais frequente em idosos na comunidade e o treinamento da bexiga constitui a primeira linha de tratamento, orientando micção programada e treinamento para inibição.
- c) A incontinência funcional ocorre devido fatores externos ao trato urinário, como presença de comprometimento cognitivo ou limitação física.
- d) A incontinência urinária de estresse é mais frequente nas mulheres do que nos homens e o tratamento com biofeedback e estimulação elétrica mostrou-se superior em relação aos exercícios de Kegel.

28. (ENARE/2023) Analise as assertivas e assinale a alternativa que aponta as corretas sobre os Diagnósticos de Enfermagem relacionados ao idoso com incontinência urinária.

- I. Risco de integridade da pele prejudicada relacionado à incontinência por pele úmida.
 - II. Padrão de sono prejudicado por nictúria.
 - III. Providência de dispositivo eficaz de contenção da urina.
 - IV. Limpeza e secagem completa da pele do paciente após episódios de incontinência.
- a) I, II, III e IV. c) Apenas II e III. e) Apenas I e II.
b) Apenas II, III e IV. d) Apenas III e IV.

29. (Residência/IBFC/2023) No que se refere às síndromes geriátricas, considera-se que

- a) condutas não farmacológicas podem ser efetivas na prevenção e no tratamento de síndromes geriátricas como a insuficiência cognitiva e a insuficiência respiratória.
- b) a presença de lentidão dos movimentos e no processamento de informações, as comorbidades clínicas, a diminuição da acuidade visual e a polifarmácia ocasionam a incontinência fecal.
- c) o excesso de peso, o uso de diuréticos, a imobilidade, e a deficiência cognitiva podem causar ou agravar uma das principais síndromes geriátricas, a incontinência urinária.
- d) a insuficiência renal compreende uma causa importante de dependência, em se tratando da realização de atividades da vida diária.
- e) a dieta do mediterrâneo, a utilização das vitaminas D e E, o uso moderado café e a realização de exercícios físicos podem ser medidas auxiliares na prevenção da imobilidade.

Mentoria Ebserh

Saúde do Idoso

Esquemas da aula

Alguns pontos da fisiologia do envelhecimento (FREITAS, 2016)

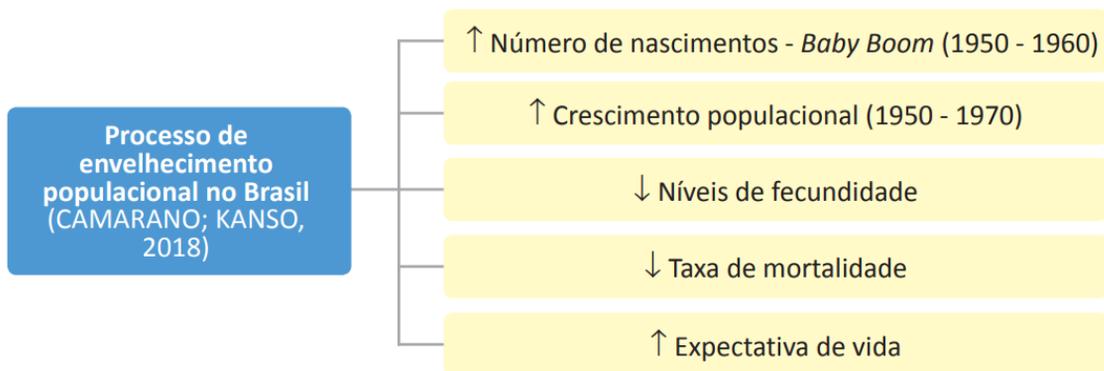
Toda a celularidade diminui, reduzindo a função dos órgãos, continuamente. **Ocorre diminuição da água intracelular**, tornando o organismo da pessoa idosa desidratado, fisiologicamente.

A pele se torna seca, por **diminuição das glândulas sebáceas**, e espessada, com as papilas dérmicas menos profundas, levando a menor junção entre a epiderme e a derme, **facilitando a formação de bolhas e predispondo a lesões**.

Há **redução progressiva do número de células do nódulo sinusal**. Observa-se também perda de fibras na bifurcação do feixe de His. Daí a **maior chance de arritmias cardíacas** e bloqueios atrioventriculares.

1. (Prefeitura de Cuiabá-MT/IBFC/2023) Com o envelhecimento, há modificação da composição corporal, bem como alteração da composição e do número de células e estruturas especializadas. Em relação à fisiologia do envelhecimento, assinale a alternativa incorreta.

- Há redução da água intracelular, o que interfere na ação de medicamentos.
- Há redução da quantidade de gordura, o que interfere na ação de medicamentos.
- Há redução progressiva do número de células do nódulo sinusal, predispondo às arritmias.
- Há redução das glândulas sebáceas, o que predispõe à xerose cutânea.



Processo de envelhecimento

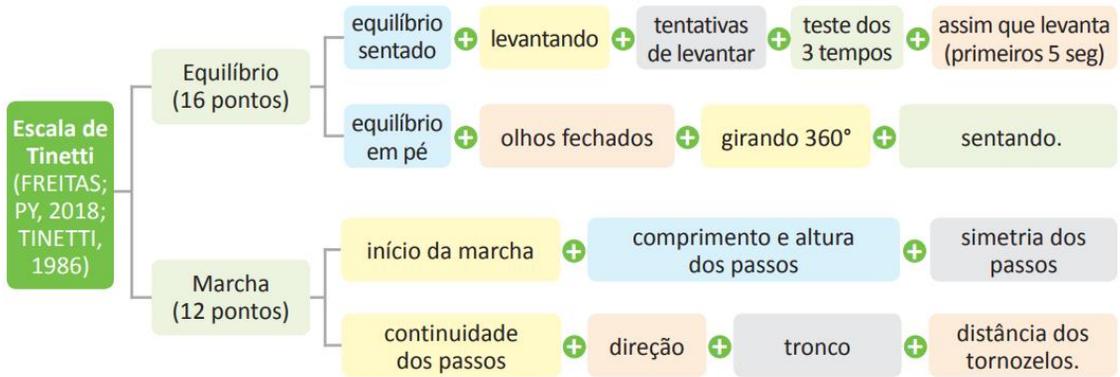


2. (Residências/UPE/2023) No cuidado de enfermagem com a pessoa idosa, leia as afirmativas abaixo:

- I. A Avaliação Geronto-Geriátrica tem como objetivo desenvolver um plano adequado de tratamento, considerando as especificidades dos processos de senescência e senilidade, auxiliando na redução de exposição a fatores de risco de agravos à saúde do idoso.
- II. Na primeira consulta de enfermagem, o enfermeiro deve ter o cuidado de levantar e sanar todos os problemas do idoso, além de construir um vínculo que deverá ser duradouro e produtivo para ambos.
- III. A visita domiciliar faz parte da estratégia da Atenção à Saúde, que engloba o fornecimento de um tratamento padronizado. É um método aplicado à pessoa idosa que enfatiza sua autonomia e realça suas habilidades funcionais dentro de seu próprio ambiente.
- IV. O enfermeiro no contexto domiciliar deve trabalhar com o fato da sua inserção no domicílio do usuário devendo, portanto, ficar atento para cuidar sem invadir, observando os princípios éticos e legais que sempre nortearam a profissão.

Estão CORRETAS

- a) I, II, III e IV.
- b) apenas I, II e III.
- c) apenas I, II e IV.
- d) apenas II e III.
- e) apenas I, III e IV.



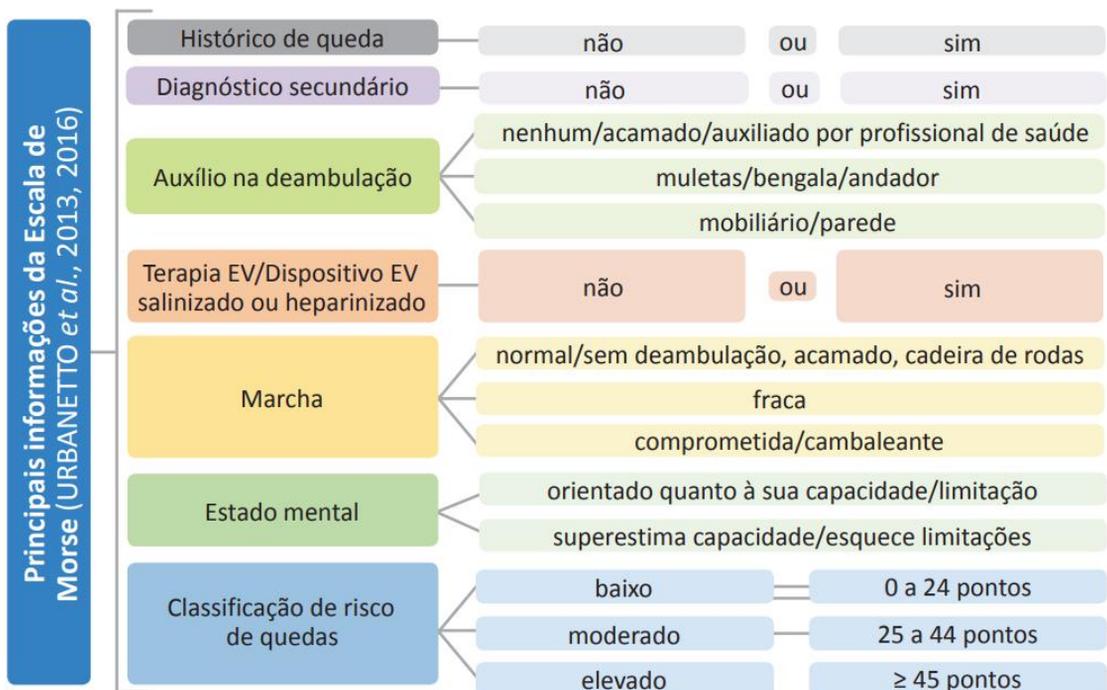
(Prefeitura de São Francisco do Guaporé-RO/MS CONCURSOS/2021- **Adaptada**) Numa avaliação multidimensional do idoso, temos o “Índice de Tinetti”. Podemos afirmar sobre este índice:

3. É compreendido por duas escalas: a de equilíbrio e a de marcha.

() Certo () Errado

As quedas

São eventos com elevada incidência e que podem provocar grandes impactos na qualidade de vida da pessoa idosa, como fraturas, medo de cair, abandono de atividades, isolamento social, modificação de hábitos, imobilidade e morte (URBANETTO et al., 2013, 2016).



8. (Prefeitura de Araranguá-SC/FEPESE/2021) O processo de envelhecer é influenciado por diversos fatores, entre eles as doenças crônicas e os eventos adversos. Dentre estes, destaca-se o evento quedas. Sobre o tema, escolha a alternativa correta:

- a) Os fatores de riscos comportamentais para a ocorrência de quedas estão relacionados ao uso de medicamentos, de calçados inadequados, consumo de álcool, drogas, ausência da prática de atividades físicas, entre outros.
- b) O evento quedas significa que o indivíduo deslocou-se acidentalmente, de forma não intencional, de uma altura de pelo menos 1 metro de altura, caindo no chão.
- c) Os fatores de riscos intrínsecos para quedas são relacionados ao meio ambiente como piso escorregadio, escadas, pouca iluminação, calçadas irregulares, uso de tapete e outros.
- d) Os fatores de risco extrínsecos para quedas são as doenças crônicas, a idade, o sexo, alteração cognitiva, problemas sensoriais e de equilíbrio, alterações no sistema nervoso central, tonturas, alteração do sono, problemas urinários.
- e) Um idoso que nunca caiu tem mais chances de cair em comparação àquele que já tem um histórico prévio de quedas.

Osteoporose

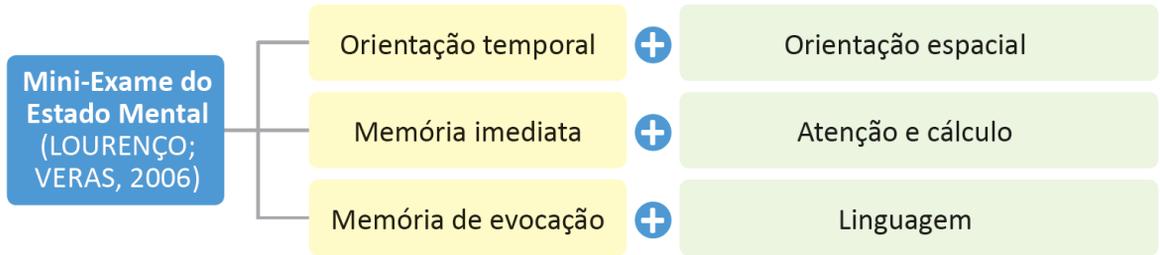
É definida como uma doença sistêmica progressiva, que leva a uma desordem esquelética, caracterizada pelo comprometimento da força óssea, o que predispõe a um aumento do risco de fratura. É uma doença de grande impacto devido à sua alta prevalência e à grande morbimortalidade. Afeta indivíduos com mais idade, de ambos os sexos, principalmente mulheres na pós-menopausa, que também apresentam mais fraturas (BRASIL, 2006a).

9. (Aeronáutica/2015) Em relação à osteoporose e às fraturas ósseas em idosos, assinale a alternativa incorreta.

- a) Geralmente a osteoporose é assintomática.
- b) A fratura de fêmur proximal é comum ocorrer antes da queda.
- c) Apenas 30%, aproximadamente, dos pacientes com fraturas vertebrais procuram atendimento médico.
- d) Locais de maior ocorrência de fraturas de baixo impacto são vértebras, punho e região proximal do fêmur.

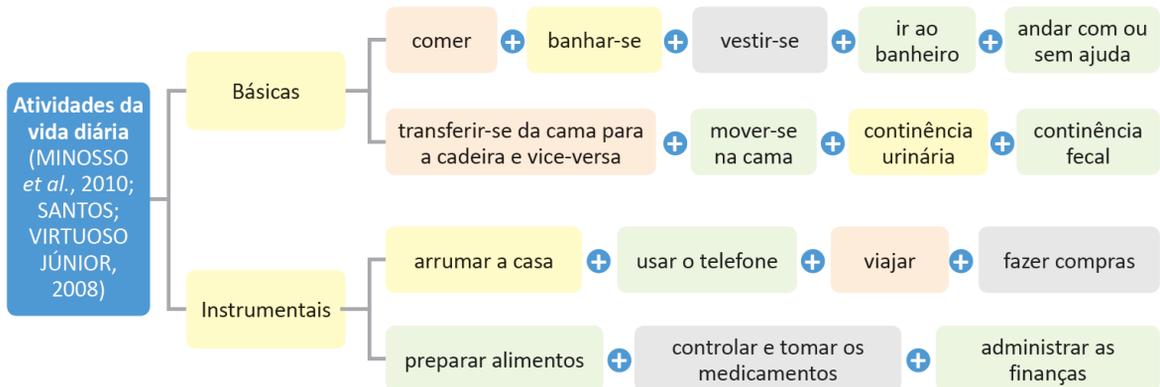
10. (EBSERH Nacional/VUNESP/2020) A alimentação tem papel fundamental para prevenção e controle da osteoporose. A esse respeito, é correto afirmar que

- a) o consumo excessivo de carnes vermelhas está relacionado ao menor risco de osteoporose.
- b) os nutrientes mais diretamente associados com a prevenção da perda óssea são o cálcio e a vitamina D.
- c) a prática de atividade física aumenta a absorção de cálcio somente na infância, sendo nula na idade adulta e na velhice.
- d) a presença de magnésio, além de outros minerais, dificulta a absorção do cálcio.
- e) as frutas cítricas são a melhor fonte de pró-vitamina D, sendo fundamental o seu consumo na prevenção da osteoporose.



11. (Prefeitura de Balneário Camboriú-SC/FEPESE/2023) Para uma completa avaliação do idoso, existem um conjunto de dados clínicos, testes e escalas que podem auxiliar no melhor planejamento do cuidado pelo enfermeiro. Sobre esse tema, é correto afirmar:

- a) Autonomia e independência podem ser considerados sinônimos pois sempre serão diretamente proporcionais.
- b) A avaliação da fragilidade no idoso é de suma importância e o enfermeiro deve se atentar a sinais e sintomas de alerta como sarcopenia, perda da força, alteração na marcha e fadiga.
- c) A avaliação instrumental da vida diária avalia o estado de equilíbrio do idoso e é bastante utilizada para avaliar risco de quedas.
- d) A avaliação das atividades básicas da vida diária é a avaliação funcional que inclui as habilidades do idoso para administrar o ambiente em que vive, incluindo manusear seu próprio dinheiro, tomar medicações e fazer compras.
- e) O mini exame do estado mental é uma avaliação funcional simples do idoso que inclui a avaliação das tarefas que o mesmo consegue realizar para cuidar de si, incluindo tomar banho, vestir-se, ir ao banheiro.



12. (Residência/UPE/2023) Sobre o uso de instrumentos de avaliação de funcionalidade, leia as afirmativas abaixo:

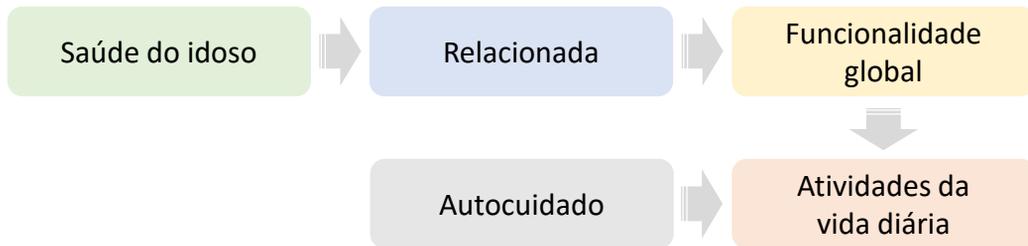
- I. A autonomia é considerada a capacidade individual de decisão e comando sobre as próprias ações. Já a independência se refere à realização de atividades com os próprios meios e está ligada à execução a partir de suas habilidades físicas.
- II. A avaliação funcional é tida como estratégia pela Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa no Brasil, que considera a relevância desse conhecimento na determinação do grau de dependência da pessoa idosa e dos tipos de cuidados que precisarão ser planejados.
- III. As AVD (atividades de vida diária) constituem um conjunto de atividades realizadas por uma pessoa cuidadora do idoso de maneira ativa, visando ao autocuidado, à autonomia e à mobilidade. Essa atividade pode ser dividida em três grupos.

12. (Residência/UPE/2023)

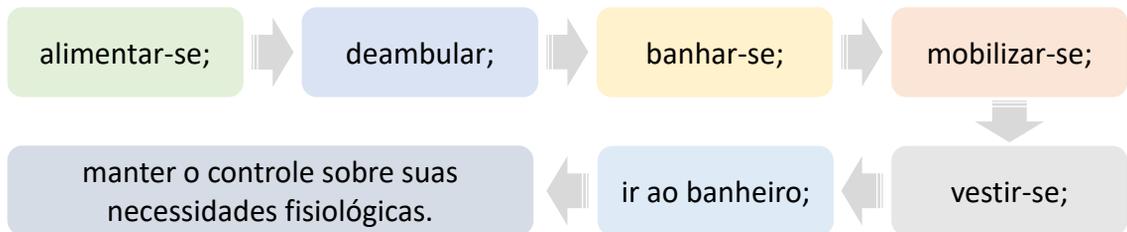
Está CORRETO o que se afirma em

- a) I e III, apenas.
- b) I e II, apenas.
- c) III, apenas.
- d) I, II e III.
- e) II e III, apenas.

- O processo de envelhecimento desenvolve, no organismo humano, diversas modificações, a saber: biológicas, psicológicas e sociais, evidenciando-se ainda mais com o avançar da idade.
- O bem-estar da pessoa idosa depende de fatores físicos, mentais, sociais e ambientais, que pode estar relacionado a situações positivas ou negativas tanto no idoso, quanto em sua família.



As Atividades de Vida Diária (AVD) são as relacionadas **ao autocuidado** e que, no caso de limitação de desempenho, normalmente requerem a presença de um cuidador para auxiliar a pessoa idosa a desempenhá-las. São elas:



De acordo com a OPAS-OMS (2012), a gravidade do declínio funcional nas Atividades de Vida Diária (AVD) básicas pode ser classificada em (MORAES, 2012):

Independência

realiza todas as atividades básicas da vida diária de forma independente.

Semidependência

comprometimento \geq 1 função de cultura e aprendizado (banhar-se, vestir-se etc.).

Dependência incompleta

comprometimento \geq 1 função vegetativa simples (transferência e/ou continência) + cultura e aprendizado, exceto a incontinência isolada;

Dependência completa

comprometimento de todas as AVD.

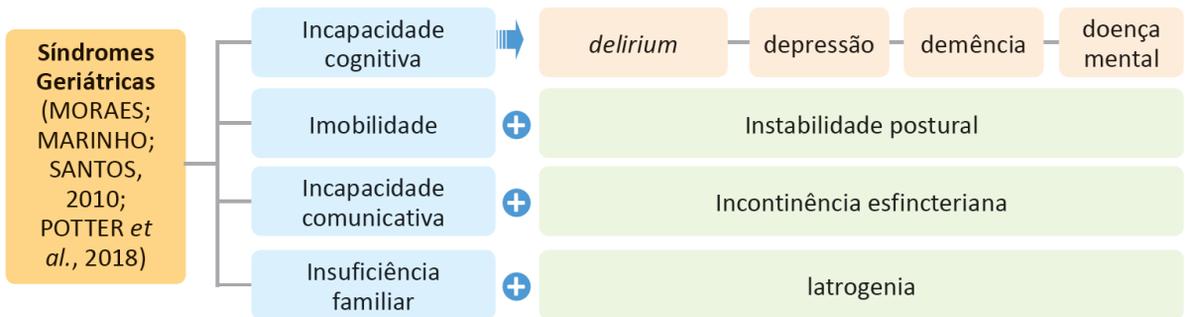
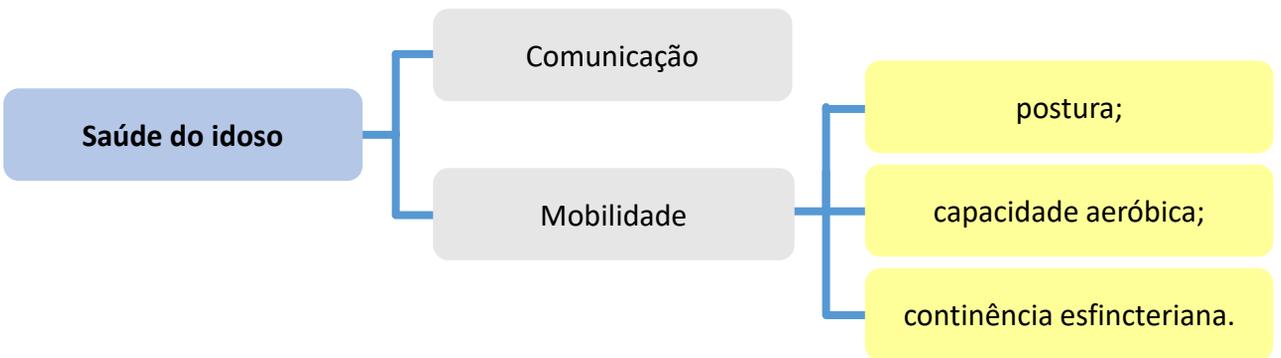
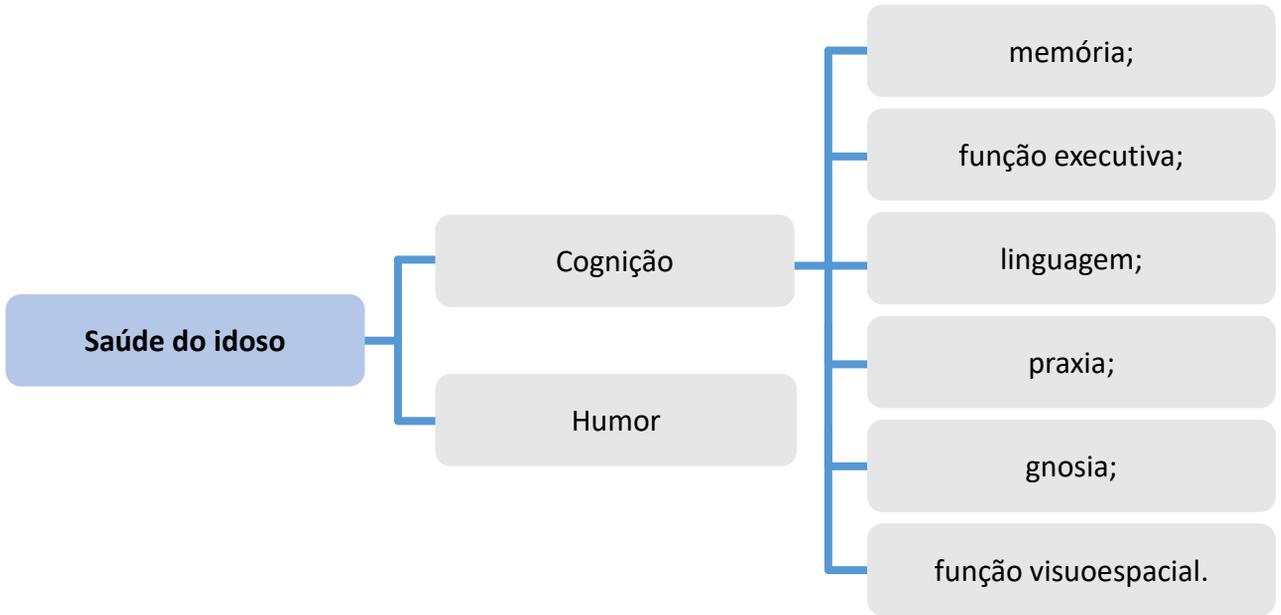
13. (MEAC e HUWC UFC/EBSERH/Instituto AOCP/2014) O Brasil apresenta uma alta taxa de envelhecimento populacional. Com relação ao envelhecimento do ser humano assinale a alternativa INCORRETA.

- Dependência incompleta: apresenta comprometimento de uma das funções vegetativas simples (transferência e/ou continência), além de, obviamente, ser dependente para banhar-se, vestir-se e usar o banheiro.
- Atividades como transferência, continência e alimentação são funções vegetativas simples, portanto, mais difíceis de serem perdidas.
- Independência: representa o comprometimento de, pelo menos, uma das funções influenciadas pela cultura e aprendizado (banhar-se e/ou vestir-se e/ou uso do banheiro).
- O comprometimento dos principais sistemas funcionais gera as incapacidades e, por conseguinte, as grandes síndromes geriátricas.
- O desconhecimento das particularidades do processo de envelhecimento pode gerar intervenções capazes de piorar a saúde do idoso, conhecidas como iatrogenia.

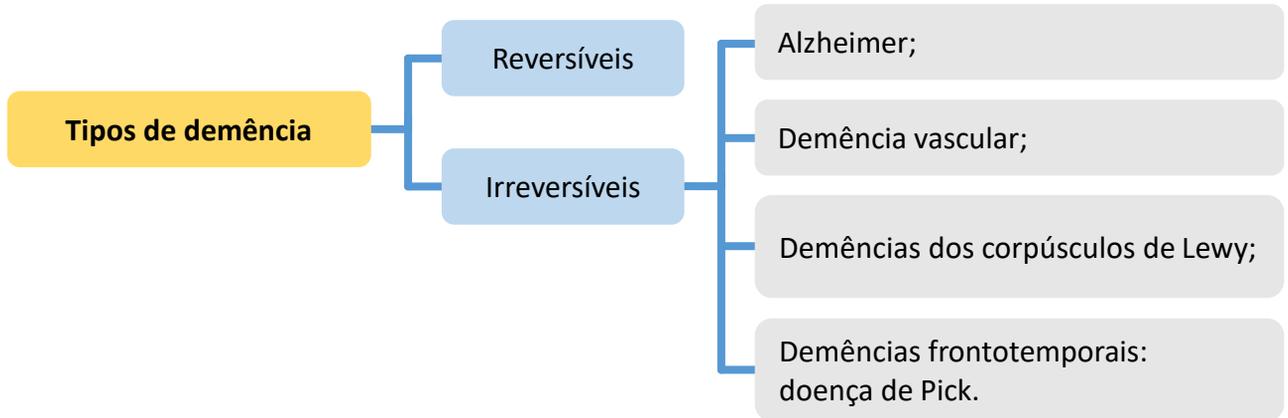
14. (Prefeitura de Cuiabá-MT/IBFC/2023) A atenção integral e integrada à Saúde da Pessoa Idosa, reforça a importância de implementar a avaliação funcional individual e coletiva. São consideradas categorias da pessoa idosa, exceto:

- Idoso independente.
- Idoso independente, mas com dificuldade em desenvolver atividades instrumentais de vida diária.
- Idoso frágil, mas não acamados e sem diagnóstico de doenças causadoras de incapacidade funcional.
- Idoso frágil, acamados, que vivem em instituições de longa permanência, acamados e que apresentam doenças causadoras de incapacidade funcional.

- A saúde do idoso será atingida por diversos fatores nesse período da vida, sendo evidenciados alterações no passar do tempo.
- A cognição, o humor, a comunicação e a mobilidade serão alteradas, gerando déficit em diversas dimensões do indivíduo em idade avançada, podendo acarretar sérios danos à sua integridade física.
- Síndromes Geriátricas incapacidades no idoso, que deverão ser analisadas pelo profissional de saúde no intuito de instituir terapêutica adequada tanto ao indivíduo, quanto à sua família



Tipos de Demência



Principais demências

A seguir serão apresentados os tipos mais comuns de demências irreversíveis, assim como suas características principais (BRASIL, 2006a):

Doença de Alzheimer

- I início insidioso;
- II perda de memória;
- III declínio cognitivo lento e progressivo;
- IV dificuldade de manter a memória recente e a antiga e de aprender.

Demência Vascular

- I início abrupto, geralmente, depois de um episódio vascular;
- II deterioração em degraus;
- III flutuação do déficit cognitivo;
- IV sinais focais, conforme a região cerebral acometida.

Corpúsculos de Lewy

- I flutuação na cognição;
- II alucinações visuais recorrentes bem formadas;
- III parkinsonismo precoce;
- IV doença neurodegenerativa progressiva.

Doença de Pick

- I início pré-senil (≥ 45 anos);
- II mudanças na personalidade e no comportamento;
- III alteração da linguagem e do comportamento sexual;
- IV ganho de peso e obsessão por tocar objetos.

15. (EBSERH Nacional/IBFC/2019) O rápido crescimento da população idosa, em poucos anos irá mudar completamente o atual quadro demográfico, trazendo efeitos significativos em todos os níveis da sociedade, principalmente na saúde pública e conseqüentemente para os profissionais da saúde. Analise as afirmativas abaixo.

I. As quedas constituem importante agravo à saúde do idoso e estão associadas a elevados índices de morbimortalidade. Algumas causas mais comuns das quedas são fatores ambientais; diminuição da acuidade visual;

distúrbios de equilíbrio e marcha. É função do enfermeiro identificar os fatores de risco na consulta de enfermagem.

II. A demência caracteriza-se pelo prejuízo de um nível intelectual prévio. A causa mais comum de demência é a Doença de Alzheimer, responsável por 50-60% de todos os casos, e sua prevalência aumenta após os 60 anos de idade. Após o enfermeiro identificar o agravo é necessário o encaminhamento para uma avaliação especializada.

III. A sexualidade faz parte de todas as etapas da vida, e sua expressão saudável é fundamental para a felicidade do ser humano. Durante a consulta de enfermagem o enfermeiro pode identificar o surgimento de algum problema que possa interferir na sexualidade da pessoa idosa, por exemplo, a polifarmácia, transtornos físicos e psicológicos.

Assinale a alternativa correta.

- a) Apenas as afirmativas I e II estão corretas.
- b) Apenas a afirmativa I está correta.
- c) Apenas as afirmativas II e III estão corretas.
- d) As afirmativas I, II e III estão corretas.
- e) Apenas a afirmativa II está correta.

16. (HC-UFMG/EBSERH/AOCP/2014) São causas reversíveis de demência, EXCETO

- a) Uso de medicamentos (psicotrópicos e analgésicos narcóticos).
- b) Metabólica (distúrbio hidroeletrólítico, desidratação, insuficiência renal ou hepática e hipoxemia).
- c) neurológica (hidrocefalia de pressão normal, tumor e hematoma subdural crônico).
- d) Infecciosas (Meningite crônica, AIDS, neurosífilis).
- e) físicas (perda de membros do corpo, cortes e hematomas).

17. (Prefeitura de São João del Rei-MG/FUMARC/2023) Em relação às síndromes demenciais do idoso, considere as afirmativas abaixo:

I. A idade é considerada o fator de risco mais importante para as síndromes demenciais.

II. A depressão é uma das causas de síndrome demencial reversível.

III. Na suspeita de demência, o médico da atenção primária deve, inicialmente, ouvir o idoso e o cuidador e fazer o mini exame do estado mental.

IV. O diagnóstico etiológico das demências só pode ser realizado por neurologista especializado em demências.

V. A demência deve ser considerada como aspecto inevitável do envelhecimento.

Estão CORRETAS apenas as afirmativas:

- a) II e III.
- b) I, II e III.
- c) I, II e IV.
- d) I, III e V.

18. (HUGG-UNIRIO/EBSERH/IBFC/2017) Paciente idoso, sexo masculino, iniciou quadro de rigidez e quedas frequentes. Após 3 meses, iniciou quadro de declínio cognitivo, apresentando flutuações do quadro neuropsiquiátrico, alucinações visuais recorrentes detalhadas e estruturadas. Devido às alucinações foi medicado com antipsicóticos, porém apresentou piora do quadro rígido-acinético, apresentando hipersensibilidade a esse tipo de medicação. Assinale a alternativa correta quanto à hipótese diagnóstica para o quadro acima:

- a) Doença de Parkinson.
- b) Atrofia de múltiplos sistema.
- c) Demência com corpos de Lewy.
- d) Degeneração corticobasal.
- e) Paralisia supranuclear progressiva.

19. (Prefeitura de Cuiabá-MT/IBFC/2023) Paciente de 67 anos, iniciou quadro de tremor em membro superior direito, em repouso. Apresenta, ainda, queixa de três quedas nos últimos 2 meses. Relata sensação de “perna pesada”. Filho notou que alterações iniciaram há um ano, apresentando marcha lenta, com passos curtos. Em consulta, foi aventada a hipótese de Doença de Parkinson. Considerando o caso acima, assinale a alternativa correta.

- a) Na Doença de Parkinson, existem os sinais cardinais: bradicinesia, tremor de repouso, rigidez e instabilidade postural, no entanto o tremor de repouso é obrigatório.
- b) Se confirmado o diagnóstico, é frequente haver comprometimento rápido da cognição, apresentando demência pela doença de Parkinson após menos de um ano do diagnóstico.
- c) Transtornos de humor como depressão e ansiedade são pouco frequentes em pacientes com Parkinson.
- d) Sintomas não motores da Doença de Parkinson como alteração do sono REM, constipação intestinal e hiposmia são frequentes e podem manifestar-se anos antes dos sintomas motores.

20. (Residência Multiprofissional em Saúde/IFPR/2023) Os sintomas da depressão podem variar em função dos indivíduos e podem ser causados por várias outras doenças, geralmente coexistentes. Dessa forma, no momento da consulta ou do acolhimento da pessoa idosa, o profissional de saúde deve estar atento para alguns sinais e sintomas que sugerem depressão, como:

- a) fadiga matutina e queixas acentuadas de anedonia.
- b) tabagismo de início recente e alucinações visuais.
- c) acinesia e perda de memória recente.
- d) fácies amímica e afasia.
- e) agnosia e ecolalia.

21. (Prefeitura de Maringá-PR/CESPE/2022) A respeito da assistência de enfermagem em gerontologia, assinale a opção correta.

- a) A causa mais comum de demência na pessoa idosa é a demência vascular, caracterizada por um início insidioso, o qual se manifesta, geralmente, após um episódio vascular.
- b) Na pessoa idosa portadora de diabetes, as intervenções dietéticas, com o objetivo de redução de peso, devem ser consideradas após a introdução medicamentosa.
- c) O enfermeiro deve estar atento às causas de demências reversíveis — por exemplo a neurológica (hidrocefalia), as infecciosas (meningite crônica) e o alcoolismo crônico —, as quais, se tratadas precocemente, podem reverter o quadro demencial.

21. (Prefeitura de Maringá-PR/CESPE/2022)

d) Nos quadros de pseudo-hipertensão — fenômeno comum na pessoa idosa —, poderá ser utilizada a manobra de Osler, que consiste na insuflação do manguito no braço do paciente até o desaparecimento do pulso radial; se a artéria for palpável após esse procedimento, o paciente é considerado Osler negativo.

e) A incontinência urinária, incapacidade de controlar a eliminação da urina na bexiga, pode restringir a independência da pessoa idosa, assim como comprometer sua aceitação social e convívio familiar, sendo indicado, nessas situações, o uso constante de fraldas.

Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa

As diretrizes da PNSPI são:

- a) promoção do envelhecimento ativo e saudável;
- b) atenção integral, integrada à saúde da pessoa idosa;
- c) estímulo às ações intersetoriais, visando à integralidade da atenção;
- d) provimento de recursos que podem assegurar a qualidade da atenção à saúde da pessoa idosa;
- e) estímulo à participação e ao fortalecimento do controle social;
- f) formação e educação permanente dos profissionais de saúde do SUS na área de saúde da pessoa idosa;
- g) divulgação e informação sobre a Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa para profissionais de saúde, gestores e usuários do SUS;
- h) promoção de cooperação nacional e internacional das experiências na atenção à saúde da pessoa idosa; e
- i) apoio ao desenvolvimento de estudos e pesquisas.

22. (EBSERH/HU-UFJF/AOCP/2015) Em relação às alternativas a seguir, qual delas NÃO condiz com as diretrizes da Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa?

- a) Promoção do envelhecimento ativo e saudável.
- b) Atenção integral, integrada à saúde da pessoa idosa.
- c) Estímulo às ações setoriais, visando à fragmentação da atenção.
- d) Estímulo à participação e fortalecimento do controle social.
- e) Apoio ao desenvolvimento de estudos e pesquisas.

23. (Residência Multiprofissional em Área da Saúde/EBSERH/UFF- HUAP/COSEAC/2023) De acordo com a Política Nacional do Idoso, especificamente sobre a prevenção da violência contra o idoso, assinale a opção correta

- a) Para fins de prevenção da violência contra o idoso, existe a notificação compulsória, que impõe ao responsável pela prestação do serviço de saúde, o dever de comunicar à autoridade sanitária qualquer ação ou omissão praticada em local público ou privado que lhe cause morte, dano ou sofrimento físico ou psicológico.
- b) Além da autoridade sanitária, deverão ser comunicados os casos de violência contra o idoso aos seguintes órgãos: Conselho tutelar; Secretaria de Saúde; Conselho Municipal do Idoso e; Associação de moradores do bairro permitindo a participação social.
- c) A rede de abrigos e a articulação no nível governamental entre as áreas de assistência social e saúde são, por exemplo, alguns dos fatores que têm facilitado o atendimento das demandas da população idosa carente e dependente, fazendo com que apenas por meio de ações judiciais, individuais ou coletivas, os direitos sejam atendidos.
- d) Dentre as medidas para reversão do quadro de violência, existem aquelas que contemplam os idosos independentes do ponto de vista financeiro, físico, sensorial e mental, e tais medidas são primordiais uma vez que estas são as principais vítimas de maus-tratos, abusos e abandonos.

A proposta de **envelhecimento ativo e saudável** visa melhorar a qualidade de vida por meio de:

valorização e respeito à velhice, às crenças e aos modelos culturais;

atendimento acolhedor e resolutivo;

informação sobre os direitos do idoso;

participação social;

prevenção de acidentes no domicílio e nas vias públicas e de agravos de doenças crônicas não transmissíveis;

combate à violência doméstica e institucional;

estímulo à prática de atividade física, nutrição balanceada, sexo seguro e imunização;

abandono do uso do álcool, tabagismo e sedentarismo;

avaliação, diagnóstico e tratamento de saúde mental; e

ações para reduzir o número de hospitalizações e aumentar as habilidades de autocuidado.

O idoso saudável tem sua autonomia preservada.

Uma das metas da PNSPI é aumentar a qualidade dos serviços oferecidos pelo SUS para trabalharem com os detalhes da vida da pessoa idosa. Entre esses detalhes, estão a:

- identificação de situações de vulnerabilidade social;
- realização de diagnóstico precoce de processos demenciais;
- avaliação da capacidade funcional, entre outros.

ESTATUTO DO IDOSO

O Estatuto do Idoso (Lei nº 10.741/2003) é uma iniciativa inovadora na garantia de direitos da pessoa idosa, fruto de forte mobilização da sociedade, e abrange as seguintes dimensões:

- direito à vida;
- à liberdade;
- ao respeito;
- à dignidade;
- à alimentação;
- à saúde;
- à convivência familiar;
- à convivência comunitária.

Fonte: BRASIL, 2023.

24. (IAPEN-AP/FCC/2018) Segundo o Estatuto do Idoso, Lei no 10.741/2003, deve ser assegurado, às pessoas com idade igual ou superior a 60 anos, o direito à vida, à saúde, à alimentação, à educação, à cultura, ao esporte, ao lazer, ao trabalho, à cidadania, à liberdade, à dignidade, ao respeito e à convivência familiar e comunitária. A efetivação desses direitos, prevê a lei,

- a) deve observar a priorização do atendimento do idoso por sua própria família, em detrimento do atendimento asilar.
- b) é obrigação do próprio idoso, de sua família, do Conselho Tutelar, da sociedade e do poder público.
- c) deve se dar de forma gradativa, conforme avançarem as condições sociais e econômicas do país.
- d) será garantida, prioritariamente, por meio de ações articuladas entre as famílias e as organizações não governamentais de proteção aos idosos.
- e) goza de prioridade relativa, condicionada e restrita aos maiores de 80 anos.

25. (HC-UFMG/EBSERH/AOCP/2014) Segundo o Estatuto do Idoso, é INCORRETO afirmar que

- a) O envelhecimento é patológico sendo importante sua institucionalização.
- b) o envelhecimento é um direito individual e sua proteção, um direito social.
- c) é obrigação do Estado garantir à pessoa idosa proteção à vida e à saúde, que consistem no respeito à integridade física e moral.
- d) são assegurados aos idosos: respeito, liberdade e dignidade. É obrigação do Estado e da sociedade garantir esses direitos.
- e) o direito à liberdade compreende: liberdade de ir e vir, de opinião e expressão, de crença e culto religiosos, prática de esportes e diversão entre outros.

O VES-13 (Vulnerable Elders Survey-13)

desenvolvido com o objetivo de identificar idosos vulneráveis residentes na comunidade;

os critérios estabelecidos pelos autores para definir vulnerabilidade foram: idade igual ou superior a 65 anos e alto risco de declínio funcional ou morte em dois anos;

a vulnerabilidade aqui definida está mais associada a componentes biofisiológicos.

Idosos Vulneráveis são aqueles que possuem maior risco de declínio funcional e outros problemas de saúde. Desse modo, o idoso é considerado vulnerável quando o resultado dessa avaliação for ≥ 3 pontos.

Instrumento simples e eficaz, com ênfase nos dados referentes à idade, auto-percepção da saúde, presença de limitações físicas e incapacidades; questionário é simples e de fácil aplicação e; pode ser respondido pelo paciente ou pelos familiares/cuidadores.

É composto por 13 itens e cada item recebe uma determinada pontuação e o somatório final pode variar de 0 a 10 pontos.

Estratificação de risco e grau de fragilidade da saúde do idoso de acordo com escores obtidos com aplicação de VES-13.

ESTRATIFICAÇÃO DA SAÚDE DO IDOSO		VES-13
RISCO	GRAU DE FRAGILIDADE	
Baixo	Idoso robusto	≤ 2
Médio	Idoso em risco de fragilização	3 a 6
Alto	Idoso frágil	≥ 7

26. (PM-ES/AOCP/2022) I.G.M, sexo feminino, idosa, 72 anos, comparece à UBS para consulta agendada. Durante a consulta, o profissional de saúde que a atende checa as suas informações na Caderneta de Saúde que ela trouxe consigo, cujo Protocolo de Identificação do Idoso Vulnerável (VES-13) é de 2 pontos. Sobre a atenção à saúde da pessoa idosa no SUS, assinale a alternativa correta.

- a) De acordo com o VES-13, a senhora I.G.M é classificada como idosa em risco de fragilização.
- b) Pela pontuação atingida no VES-13, pode-se afirmar que a senhora I.G.M faz uso de polifarmácia.
- c) Controle de gastos e gestão das finanças são elementos que fazem parte da avaliação de saúde da pessoa idosa, porém não estão contemplados no VES-13.
- d) A Caderneta de Saúde da Pessoa Idosa é um instrumento de uso restrito da Atenção Primária para o melhor acompanhamento do estado de saúde dos idosos.
- e) A investigação do humor aparece na Caderneta de Saúde da Pessoa Idosa como questionamento complementar ao protocolo VES-13.

Incontinência urinária

Vejamos a classificação da incontinência urinária (IU) segundo o tipo, os sintomas e as causas comuns (BRASIL, 2006a):

Tipos	Sintomas	Causas Comuns
Esforço	Escape involuntário de urina (quase sempre em pequenas quantidades) com aumentos da pressão intra-abdominal (p.ex., tosse, risos ou exercício)	<ul style="list-style-type: none"> • Debilidade e lassidão do assoalho pélvico, que provoca hiper mobilidade da base vesical e da uretra proximal • Debilidade do esfíncter uretral ou da saída da bexiga, quase sempre por cirurgia ou traumatismo

Tipos	Sintomas	Causas Comuns
Urgência	Extravasamento de urina (quase sempre volumes grandes, ainda que seja variável) pela incapacidade para retardar a micção após perceber a sensação de plenitude vesical.	Hiperatividade do detrusor, isolada ou associada a: <ul style="list-style-type: none"> • Condições locais como uretrite, cistite, tumores, litíase, diverticulose • Alterações do SNC como AVC, demência, parkinsonismo, lesão espinhal
Sobrefluxo	Escape de urina (quase sempre em pequenas quantidades) secundária a esforço mecânico sobre a bexiga distendida ou por outros efeitos da retenção urinária e a função esfinteriana.	<ul style="list-style-type: none"> • Obstrução anatômica: pela próstata ou por uma cistocele grande • Bexiga hipocontrátil associada a diabetes mellitus ou lesão medular
Funcional	Escape de urina relacionado com a incapacidade para usar o vaso sanitário por dano da função cognitiva ou física, falta de disposição psicológica ou barreiras no ambiente.	<ul style="list-style-type: none"> • Demência grave; • Imobilidade; • Ataduras; • Depressão.

Tipos e tratamento da incontinência urinária persistente

Tipos	Tratamento primário
Esforço	Exercícios para assoalho pélvico (Kegel), reorientação de controle miccional e cirurgia
Urgência	<ul style="list-style-type: none"> • A primeira linha de tratamento para incontinência urinária de urgência é a comportamental • Reorientação de controle miccional. Fixar horário para a micção • Adaptadores ambientais que facilitem a chegada ao banheiro • Uso de relaxantes vesicais
Sobrefluxo	Cirúrgico, uso de fraldões ou sonda externa

Vamos falar sobre cada um dos exercícios mencionados (BRASIL, 2006a):

Exercícios de Kegel

Podem ser feitos em qualquer lugar, com a pessoa sentada, em pé ou deitada. Primeiro, ela deve identificar onde se localizam seus músculos pélvicos. Para fazer isso, pode começar a urinar e tentar prender a urina.

Se conseguir pelo menos diminuir o jato de urina, é porque está usando os músculos corretos. A pessoa não deve contrair os músculos das nádegas ou os abdominais.

Para que o treinamento de força seja eficaz, recomenda-se que faça de 8 a 12 contrações lentas e próximas da força máxima, com período de manutenção da contração de, pelo menos, 6 segundos, em três séries, 3 a 4 vezes por semana.

Cones vaginais

Consiste em introduzir na vagina cones com diferentes pesos. Para retê-los, é necessário contrair a musculatura do assoalho pélvico. Esse é um exercício fácil de executar e de baixo custo.

Eletroestimulação e biofeedback

São técnicas que também podem ser utilizadas com bons resultados, embora necessitem de profissionais especializados e aparelhos especiais disponíveis em centros especializados.

27. (Prefeitura de Cuiabá-MT/IBFC/2023) A incontinência urinária é altamente prevalente na população idosa, sendo responsável por situações de constrangimento, com aumento do isolamento de quem a sofre, levando até a casos de institucionalização do paciente. Considerando o tema acima, assinale a alternativa incorreta.

- a) A incontinência urinária por transbordamento, devido casos de hiperplasia prostática benigna, é mais frequente nos homens do que nas mulheres. O tratamento farmacológico consiste no uso de alfabloqueadores e agonistas parassimpáticos.
- b) A incontinência urinária de urgência é a mais frequente em idosos na comunidade e o treinamento da bexiga constitui a primeira linha de tratamento, orientando micção programada e treinamento para inibição.
- c) A incontinência funcional ocorre devido fatores externos ao trato urinário, como presença de comprometimento cognitivo ou limitação física.
- d) A incontinência urinária de estresse é mais frequente nas mulheres do que nos homens e o tratamento com biofeedback e estimulação elétrica mostrou-se superior em relação aos exercícios de Kegel.

28. (ENARE/2023) Analise as assertivas e assinale a alternativa que aponta as corretas sobre os Diagnósticos de Enfermagem relacionados ao idoso com incontinência urinária.

- I. Risco de integridade da pele prejudicada relacionado à incontinência por pele úmida.
 - II. Padrão de sono prejudicado por nictúria.
 - III. Providência de dispositivo eficaz de contenção da urina.
 - IV. Limpeza e secagem completa da pele do paciente após episódios de incontinência.
- a) I, II, III e IV. c) Apenas II e III. e) Apenas I e II.
b) Apenas II, III e IV. d) Apenas III e IV.

29. (Residência/IBFC/2023) No que se refere às síndromes geriátricas, considera-se que

- a) condutas não farmacológicas podem ser efetivas na prevenção e no tratamento de síndromes geriátricas como a insuficiência cognitiva e a insuficiência respiratória.
- b) a presença de lentidão dos movimentos e no processamento de informações, as comorbidades clínicas, a diminuição da acuidade visual e a polifarmácia ocasionam a incontinência fecal.
- c) o excesso de peso, o uso de diuréticos, a imobilidade, e a deficiência cognitiva podem causar ou agravar uma das principais síndromes geriátricas, a incontinência urinária.
- d) a insuficiência renal compreende uma causa importante de dependência, em se tratando da realização de atividades da vida diária.
- e) a dieta do mediterrâneo, a utilização das vitaminas D e E, o uso moderado café e a realização de exercícios físicos podem ser medidas auxiliares na prevenção da imobilidade.

A COLEÇÃO MAIS COMPLETA DO BRASIL

