

FATORES DE RISCO PARA QUEDAS EM IDOSOS: REVISÃO INTEGRATIVA

Simpósio de Saúde e Meio Ambiente, 4ª edição, de 06/11/2023 a 08/11/2023

ISBN dos Anais: 978-65-5465-072-4

DOI: 10.54265/MWKP5526

CAMPOS; Fernanda Sara de Souza¹, MARTINS; Patrícia Passos²

RESUMO

INTRODUÇÃO

A Organização Mundial da Saúde (OMS) define o envelhecimento humano como um fenômeno bastante complexo, variável e progressivo, que envolve mecanismos que afetam a capacidade de diferentes funções do organismo (SCHNEIDER, 2012).

As quedas, definidas como um evento inesperado nos quais as pessoas vão de encontro ao chão, assoalho ou nível inferior, podem levar o idoso a óbito e causar uma série de problemas em sua vida como risco de fraturas, perda de confiança para caminhar, diminuição da mobilidade, diminuição da força muscular, enfraquecimento dos membros inferiores (PIOVESAN, *et al*, 2011).

Os fatores extrínsecos e intrínsecos são importantes para entender as causas das quedas em idosos. Os fatores extrínsecos incluem condições ambientais, como superfícies escorregadias, iluminação inadequada, calçados inadequados e obstáculos no caminho. Os fatores intrínsecos incluem condições de saúde, como fraqueza muscular, problemas de equilíbrio e marcha, uso de medicamentos, distúrbios visuais e cognitivos e outras condições clínicas (ALMEIDA, *et al*, 2012)

O presente estudo tem como objetivo analisar os fatores de risco para quedas em idosos.

MATERIAIS E MÉTODOS

O presente estudo trata-se de uma revisão integrativa da literatura, que se caracteriza por um método de pesquisa relevante para o campo da saúde, visto que possibilita a síntese e análise da temática investigada. Para demarcação dessa revisão, o trajeto metodológico obedece às seguintes fases: 1) identificação do tema e formulação da questão da pesquisa; 2) estabelecimentos de critérios de inclusão e exclusão dos estudos para amostragem; 3) coleta de dados que serão extraídos dos estudos; 4) análise dos resultados; 5) discussão e apresentação dos resultados.

Na primeira fase definiu-se a seguinte questão norteadora: Quais os fatores que podem causar quedas em idosos?

Na segunda fase, os critérios de inclusão para o estudo restringem-se em artigos publicados entre 2015 e 2022, com estudos que correspondem à questão norteadora no idioma inglês ou português, que estejam disponíveis eletronicamente. Acerca dos critérios de exclusão definiram-se: estudos longitudinais, estudos observacionais, analíticos e estudos comparativos. Pontua-se que artigos encontrados em mais de uma base de dados foram contabilizados apenas uma vez.

A busca foi realizada nas seguintes bases de dados: Scielo e Pubmed. Os Descritores em Ciência da Saúde (DeCS) foram: Quedas e Idosos, em inglês: Falls e Elderly.

A seleção ocorreu por meio de leitura de títulos, resumos e leitura íntegra dos textos, quando necessária, como forma de seleção de acordo com os critérios de inclusão e exclusão. Após as buscas, foi contabilizado um número de 249 artigos e após a seleção excluíram-se 245 artigos.

No processo de análise foram coletados dados referentes ao período como: autores, título, ano de publicação, e ao estudo como: objetivo, referencial teórico, tipo de estudo, aspectos metodológicos e resultados.

A interpretação dos dados foi fundamentada nos resultados da avaliação dos artigos selecionados, obtendo-se uma amostra final de 04 estudos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Na presente revisão de literatura foram selecionados 04 estudos que atenderam aos critérios de inclusão, sendo

¹ UniRedentor, fsaradesouzacampos@gmail.com

² UniRedentor, patricia.martins@uniredentor.edu.br

No quadro 1, são apresentados os resultados referentes a pesquisa realizada, cujos dados foram organizados pelo ano de publicação, autores, título, objetivos e síntese das respectivas conclusões.

Quadro 1. Caracterização dos estudos

Ano	Autores	Título	Objetivos	Conclusões
2017	LIMA <i>et.al</i>	Prevalência e fatores associados às quedas em idosos de Estação-RS: estudo transversal de base populacional.	Verificar os fatores associados às quedas em idosos de Estação, Rio Grande do Sul.	Conclui-se que existe uma prevalência de quedas entre idosos, os fatores relacionados às quedas são: o analfabetismo, as dores crônicas e os casos de isquemia cerebral.
2018	CHEHUEN NETO <i>et. al</i>	Percepção sobre queda e exposição de idosos a fatores de riscos domiciliares.	Descrever a percepção sobre quedas dos idosos residentes na comunidade; mensurar a exposição desses indivíduos a fatores de riscos domiciliares e avaliar a influência do conhecimento sobre queda na adoção de medidas preventivas.	Conclui-se que indivíduos com idade mais avançada e com maior conhecimento sobre queda, estão expostos a menos fatores de riscos domiciliares, possivelmente pela maior adoção de medidas preventivas através da modificação do ambiente doméstico.
2018	FERNANDES <i>et. al</i>	Postural changes versus balance control and falls in community-living older adults: a systematic review.	Investigar se as alterações posturais aumentam o risco de queda e/ou desequilíbrio postural em idosos saudáveis residentes na comunidade.	Conclui-se que a hipercifose torácica, a perda da lordose lombar e a diminuição do arco plantar, contribuem para uma maior instabilidade postural e, portanto, para um maior risco de quedas em idosos comunitários
2022	PEREIRA <i>et. al.</i>	Falls in older adults: a practical approach.	Resumir a informação mais relevante sobre o tema “quedas em idosos” e dar uma visão crítica e abordagem clínica prática sobre este tema.	Conclui-se que uma abordagem sistemática ao paciente idoso em risco de quedas é viável e pode impactar na prevenção de quedas.

Fonte: Elaborado pelo autor (2023)

As quedas em idosos apresentam impactos negativos na qualidade de vida do indivíduo e de seus familiares, diversos fatores intrínsecos (relacionados à condição

clínica do envelhecimento), extrínsecos (relacionados ao ambiente) e comportamentais, podem contribuir para quedas. Chehuen *et. al* (2018), relatam que as quedas em idosos acontecem com mais frequência em seu ambiente domiciliar como: piso do banheiro escorregadio (65,7%), levantar-se à noite (72,1%) e ausência de iluminação noturna (53,9%), observando que os idosos que mudaram os seus hábitos preventivos tiveram uma diminuição de acidentes por quedas.

Lima *et. al* (2017), relatam que fatores físicos como banho, deitar e levantar da cama, subir e descer escadas e fatores clínicos como doenças crônicas, dificuldade auditiva e visual, osteoporose, reumatismo e isquemia cerebral podem contribuir para as quedas em idosos, o que corrobora com o estudo realizado por Fernandes *et. al* (2018), identificando que as alterações posturais como hipercifose torácica, perda da lordose lombar e diminuição do arco plantar, aumentam a instabilidade postural propiciando o risco de quedas em idosos.

Na prevenção de quedas, os estudos de Chehuen *et. al* (2018), relatam que idosos com maior percepção sobre os riscos de queda, apresentaram menor presença de fatores de risco domiciliares, corroborando com os estudos de Pereira *et. al* (2022), onde observou-se que as prevenções de quedas em idosos estão relacionadas com as adaptações das habitações domiciliares, auxílios à marcha, auxílios à proteção social, alterações na mobilidade do ambiente social e as intervenções com exercícios de

equilíbrio e funcionais realizadas pelos profissionais de saúde.

¹ UniRedentor, tsaradesouzacampos@gmail.com

² UniRedentor, patricia.martins@uniredentor.edu.br

Segundo Pereira *et al.* (2022), estima-se que 30% das pessoas com mais de 65 anos caem todos os anos, e que a porcentagem aumenta até 50% entre pessoas com mais de 80 anos, enquanto metade destas apresentam quedas recorrentes.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

As quedas ocorrem com maior frequência em pessoas idosas, devido aos fatores extrínsecos e intrínsecos que estão relacionados ao próprio idoso e refletem a incapacidade, pelo menos parcial, de o mesmo manter ou recuperar o equilíbrio quando houver um deslocamento acentuado do centro de gravidade, como alterações fisiológicas, presença de doenças agudas, fraqueza muscular, alterações da marcha e ao ambiente físico ao seu redor.

As prevenções de quedas estão relacionadas com as adaptações das habitações domiciliares, auxílios à marcha, auxílios à proteção social, alterações na mobilidade do ambiente e as intervenções através de exercícios realizados pelos profissionais de saúde.

Conclui-se que a prevenção da queda é de suma importância pelo potencial de diminuir a morbidade, a mortalidade e os custos hospitalares, sendo os programas de prevenção importantes por melhorar a saúde como um todo, proporcionar qualidade de vida, sendo sua prática especialmente importante para a faixa etária mais idosa.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, S. T. DE . *et al.*. Análise de fatores extrínsecos e intrínsecos que predisõem a quedas em idosos. **Revista da Associação Médica Brasileira**, v. 58, n. 4, p. 427–433, jul. 2012.

CHEHUEN NETO, J. A. *et al.*. Percepção sobre queda e exposição de idosos a fatores de risco domiciliares. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 23, n. 4, p. 1097–1104, abr. 2018.

FERNANDES, V. L. S. *et al.*. Postural changes versus balance control and falls in community living older adults: a systematic review. **Fisioterapia em Movimento**, v. 31, p. e003125, 2018.

LIMA, A. P. DE . *et al.*. Prevalência e fatores associados às quedas em idosos de Estação-RS: estudo transversal de base populacional. **Cadernos Saúde Coletiva**, v. 25, n. 4, p. 436–442, out. 2017.

SCHNEIDER, A. Envelhecimento e quedas: a fisioterapia na promoção e atenção à saúde do idoso. **Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano**, v. 7, n. 2, 18 abr. 2012.

SOFIATTI, S. L. de, *et al.*. A importância da fisioterapia na capacidade funcional de idosos com risco de quedas. **REVISTA BRASILEIRA MILITAR DE CIÊNCIAS**. 2021.

PEREIRA, C. B.; KANASHIRO, A. M. K.. Falls in older adults: a practical approach. **Arquivos de Neuro-Psiquiatria**, v. 80, n. 5, p. 313–323, maio 2022

PIOVESAN, A. C.; PIVETTA, H. M. F.; PEIXOTO, J. M. DE B.. Fatores que predisõem a quedas em idosos residentes na região oeste de Santa Maria, RS. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, v. 14, n. 1, p. 75–83, jan. 2011.

PALAVRAS-CHAVE: Quedas, Idosos e Envelhecimento

¹ UniRedentor, fsaradesouzacampos@gmail.com

² UniRedentor, patricia.martins@uniredentor.edu.br