

FATORES DE RISCO PARA QUEDAS EM IDOSOS: REVISÃO INTEGRATIVA

Simpósio de Saúde e Meio Ambiente, 4^a 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 et.al	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	CHEHUEEN NETO et. al	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	FERNANDE S et. al	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 et. al.	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 á 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 cerco 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, fsaradesouzacampos@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 predispõem 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 predispõem 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