



**UNILEÃO – CENTRO UNIVERSITÁRIO DR LEÃO SAMPAIO
CURSO DE FISIOTERAPIA**

THAIS HELLENE PEREIRA ALVES

**QUEDA NO IDOSO UMA ABORDAGEM MULTICAUSAL: REVISÃO
INTEGRATIVA**

**JUAZEIRO DO NORTE
2020**

THAIS HELENE PEREIRA ALVES

**QUEDA NO IDOSO UMA ABORDAGEM MUTICAUSAL: REVISÃO
INTEGRATIVA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao
Curso de Fisioterapia do Centro Universitário Dr.
Leão Sampaio (Campus Saúde), como requisito para
obtenção do Grau de Bacharelado.

Orientador: Prof. Me. Aurélio Dias Santos

JUAZEIRO DO NORTE
2020

THAIS HELLENE PEREIRA ALVES

**QUEDA NO IDOSO: UMA ABORDAGEM MULTICAUSAL: REVISÃO
INTEGRATIVA**

DATA DA APROVAÇÃO: ____/____/____

BANCA EXAMINADORA:

Prof. Me. Aurélio Dias Santos
Orientador

Professora Ana Geogia Amaro Alencar
Examinador 1

Professora Tatianny Alves França
Examinador 2

JUAZEIRO DO NORTE
2020

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiro a Deus por ter me mantido na trilha certa durante este projeto de pesquisa com saúde e forças para chegar até o final;

Sou grata à minha família pelo apoio que sempre me deram durante toda a minha vida;

A minha amiga Erisléia Sousa, que tem me ajudado sempre que precisei;

Deixo um agradecimento especial ao meu orientador Aurélio Dias, pelo incentivo e pela dedicação do seu escasso tempo ao meu projeto de pesquisa.

ARTIGO ORIGINAL

**QUEDA NO IDOSO: UMA ABORDAGEM MULTICAUSAL: REVISÃO
INTEGRATIVA**

Autores: Thais Hellene Pereira Alves¹ e Aurélio Dias Santos²

Formação dos autores

1-Acadêmico do curso de Fisioterapia da faculdade leão Sampaio.

2- Professor do Colegiado de Fisioterapia da Faculdade Leão Sampaio.

Mestre em Fisioterapia

Correspondência: thaishellene@hotmail.com

Palavras-chave: Queda, Idoso e Fatores de Risco

.

RESUMO

Introdução: O aumento da expectativa de vida tem provocado preocupação com a qualidade de vida da população idosa, principalmente quanto à ocorrência de quedas. A queda em idosos é resultado de uma interação complexa entre fatores intrínsecos e extrínsecos, sendo um dos principais problemas clínicos e de saúde pública devido à sua alta incidência. **Objetivo:** O objetivo deste estudo foi realizar uma revisão de literatura sobre a queda no idoso com uma abordagem multicausal. **Método:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, onde foi investigado e analisado estudos sobre quedas em idosos e seus fatores, tais publicações indexadas nas bases de dados da Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS). A seleção dos artigos foi entre os anos de 2015 a 2020, na língua portuguesa ou inglesa. **Resultados:** As evidências levantadas neste estudo destacam as quedas como condição de grande complexidade e que impõe grande desafio para idosos e profissionais da saúde. **Conclusão:** De acordo com os resultados, é possível concluir que o sexo feminino tende a cair com mais frequência, tendo como principal motivo fatores extrínsecos. Por outro lado, deve-se validar que as causas das quedas também são multicausais.

Palavras-chave: queda, idoso e fatores de risco

ABSTRACT

Introduction: The increase in life expectancy has caused concern about the quality of life of the elderly population, especially regarding the occurrence of falls. The fall in the elderly is the result of a complex interaction between intrinsic and extrinsic factors, being one of the main clinical and public health problems due to its high incidence. **Objective:** The objective of this study was to conduct a literature review on falls in the elderly with a multicausal approach. **Method:** This is an integrative literature review, where studies on falls in the elderly and their factors were investigated and analyzed, such publications indexed in the databases of Latin American and Caribbean Literature in Health Sciences (LILACS). The selection of articles was between the years 2015 to 2020, in Portuguese or English. **Results:** The evidence raised in this study highlights falls as a condition of great complexity and that poses a great challenge for the elderly and health professionals. **Conclusion:** According to the results, it is possible to conclude that females tend to fall more frequently, with extrinsic factors as their main reason. On the other hand, it must be validated that the causes of falls are also multi-causal.

Keywords: fall, elderly and risk factors

INTRODUÇÃO

A partir de 1970 o Brasil teve seu perfil demográfico transformado: passou de uma sociedade majoritariamente rural e tradicional, com famílias numerosas e altas risco de morte na infância, para um país praticamente urbano, com menos filhos e uma melhor estrutura nas famílias brasileiras. Em um passado nem tão distante, onde a predominância era jovem, observasse, nos dias atuais, um número significativo de pessoas idosas, com 60 anos ou mais de idade. (MIRANDA et al.,2016).

O ato de cair é definido como um evento onde ocorre o contato sem intenção com a superfície de apoio, obtendo a mudança de posição para um nível inferior à posição inicial. Quando em idosos, são consideradas uma das síndromes geriátricas mais incapacitantes, pois um único evento pode ter repercussões nos âmbitos social, econômico e de saúde. (NASCIMENTO et al, 2016).

Em torno de 30% dos idosos sofrem quedas no período de um ano no Brasil, segundo o Ministério da Saúde. Apesar do aumento do risco desses eventos que acarretam lesões, problemas graves de saúde pública, emocionais e óbito, é um assunto que não recebe a devida atenção da sociedade brasileira (VIEIRA et al, 2016).

Dentre as enfermidades características desse novo perfil podem ser citadas as sequelas provocadas por quedas. Acredita-se que em 2050, em média uma em cada três pessoas, com 65 anos ou mais, sofrerá uma ou mais quedas durante o ano, e metade destas resultará em traumas físicos e psicológicos. Quedas e o medo de cair são síndromes comuns com resultados potencialmente graves em idosos. (ALMEIDA et al.,2015).

Os motivos que levam os idosos a caírem, geralmente são resultado de uma complexa interação de diversos fatores de riscos, que podem ser classificados em intrínsecos e extrínsecos. Os fatores de risco intrínsecos podem ser definidos como aqueles relacionados ao próprio sujeito como, idade, redução da função dos sistemas que compõem o controle postural, doenças, transtornos cognitivos e comportamentais. Já os fatores extrínsecos estão relacionados ao ambiente, tais como iluminação, tapetes soltos, escadas sem corrimão, superfície para deambulação e pisos escorregadios. (MOSRCH et al.,2016).

A presente pesquisa tem como principal objetivo analisar por meio da literatura fatores de riscos que podem levar as pessoas idosas sofrerem eventos de quedas. De acordo com essas informações, surgiu à ideia de elaborar esse artigo com o intuito de informar a população os fatores de riscos que levam os idosos a caírem, e ao serem citados, tornam-se as medidas de prevenção mais precisas, assim evitando os traumas e lesões.

MÉTODOLOGIA

Tipo de estudo

O trabalho classifica-se como uma Revisão Integrativa: estudo realizado através de um levantamento bibliográfico, onde são colocados em discussão para aprofundar o conhecimento do tema em questão (SOUZA et al.,2010).

Crítérios de Elegibilidade

Foi investigado e analisado estudos sobre quedas em idosos e seus fatores, tais publicações indexadas nas bases de dados da Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), e selecionados 11 artigos para o estudo. As buscas foram realizadas definindo os seguintes descritores, queda, idoso e fatores de risco.

Crítérios de inclusão e exclusão:

Foram incluídos artigos científicos encontrados nas bases de dados citada anteriormente, contendo um ou dois dos três descritores propostos pela pesquisadora. Artigos na íntegra, gratuitos e publicados na língua portuguesa e inglesa entre os anos de 2015 a 2020.

Foram descartados artigos que não apresentaram relevância para o estudo, com outros tipos de abordagens, artigos incompletos e/ou duplicados, revisões.

Procedimentos de coleta de dados:

O período da coleta de informações deu-se a partir de um apanhado geral dos artigos científicos mais relevantes, havendo continuidade desde Março de 2020 até Maio de 2020, após esses meses, foi realizada a análise inicialmente de títulos e resumos para identificar achados acerca do tema. Após esta seleção, foi realizada a leitura na íntegra dos artigos condizentes com o assunto desta pesquisa e interpretação dos dados, para na sequência elaborar os resultados e discussão.

Análise dos dados:

Após reunião dos artigos e resultados mais relevantes foram criadas tabelas no programa Microsoft Word 2010, para apresentar os dados mais significativos e classificatórios de cada artigo, descrevendo o autor, ano da publicação, tipo de estudo e resultados.

RESULTADOS

Apenas a plataforma Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) foi utilizada para a extração dos artigos, durante a busca `tw:((tw:(idoso)) AND (tw:(queda))) AND (tw:(fatores de risco))` e foram encontrados 181 artigos. Após a utilização do filtro “últimos cinco anos”, restaram 82 artigos, após a adesão do filtro de idioma “inglês” e “português”, restaram 43 artigos. Depois de realizada a leitura de títulos, resumos e artigos na íntegra, restaram 8 artigos, segundo os critérios de inclusão/exclusão propostos.

Nesta etapa foi realizado uma leitura analítica com finalidade selecionar e sistematizar as informações contidas nos artigos, de forma que esta leitura possibilitou a obtenção de uma abordagem de estudos eleitos para esta pesquisa, através de uma planilha confeccionada no software “Microsoft Word 2010” e sucessivamente discuti-la.

TABELA 01: Caracterização dos estudos

Titulo	Objetivo	Autor/Ano	Principais achados	Conclusão
Avaliação de fatores de risco que contribuem para quedas em idosos	Determinar a incidência de quedas na população idosa da cidade de Barbacena, no estado de Minas Gerais, juntamente com fatores causais, circunstâncias e principais consequências.	ALVES, Raquel Letícia Tavares et al. 2017	Pouco menos da metade dos idosos caíram fora de casa, e já haviam sofrido AVE e faziam uso de medicamentos.	Os fatores mais correlacionados foram uso de medicamentos, vítimas de AVE, portadores de doença renal crônica.
Caír faz parte da vida: Fatores de risco para quedas em idosos	Identificar a prevalência de quedas em idosos residentes em área urbana e analisar os fatores de risco associados a quedas.	MENEZES, Luana Possamai et al 2016	Verificou-se como principal causa de quedas fatores domésticos inadequados.	O conhecimento dos fatores de risco para quedas favorece a implantação de ações com o objetivo de maximizar a qualidade de vida e prevenir quedas
Queda de idosos: desvelando situações de vulnerabilidade	Desvelar as situações de vulnerabilidade relatadas por idosos e cuidadores em um hospital público em	LUZARDO, Adriana Remião et al. 2017	A realização das avd's passa a ser motivo de preocupação	Observa-se a relevância das estratégias preventivas nas dimensões

	uma capital no sul do Brasil.		para os idosos pelo medo, o que aumenta riscos e vulnerabilidades.	da vulnerabilidade, ampliando o olhar na atenção ao idoso.
A problematização da queda e a identificação dos fatores de risco na narrativa de idosos	Investigar a problematização da queda e a percepção dos idosos em relação aos seus fatores de risco.	MORSCH, Patricia; MYSKIW, Mauro; MYSKIW, Jociane de Carvalho 2016	A interpretação dos dados resultou em duas categorias: a problematização das quedas e a percepção dos fatores de risco.	Relevante cercar os idosos de informações advindas de distintas fontes, considerando os múltiplos fatores envolvidos.
Percepção sobre queda como fator determinante desse evento entre idosos residentes na comunidade.	Identificar a prevalência de quedas domiciliares com idosos e avaliar os fatores determinantes para esse desfecho, incluindo os riscos intrínsecos e extrínsecos, bem como a percepção sobre quedas.	NETO, J. A. C. et al 2017	Prevalência de quedas no sexo feminino com idade média acima de 70 anos.	O estudo identificou elevada prevalência de quedas e exposição dos idosos a vários fatores de risco independentes e concomitantes
Prevalência de quedas domésticas em adultos longevos e associação com fatores extrínsecos.	Identificar a prevalência de quedas em idosos e os fatores extrínsecos a eles associados.	PEREIRA, Silviane Galvan et al 2017	Os fatores extrínsecos associados às quedas: escadas, piso irregular, falta de tapetes antiderrapante.	A identificação dos fatores extrínsecos associados à ocorrência deste evento pode ajudar na sua prevenção.
Frequência e fatores associados a quedas em adultos com 55 anos ou mais	Avaliar o risco de quedas em idosos, comparando fatores sociodemográficos e cognitivos, histórico de quedas e comorbidades autorreferidas	PRATO, Sabrina Canhada Ferrari et al 2017	Observaram-se chances maiores de queda entre mulheres com idade igual ou superior a 65 anos	Qualidade ruim do sono e a baixa força muscular podem ser indicadores de maior risco de quedas.
Avaliação do risco de quedas em idosos residentes em casa	Analisar a frequência e fatores associados à ocorrência de quedas em adultos de 55 anos ou mais	SMITH, Adriana de Azevedo et al 2017	Variáveis que apresentaram associação com o risco de quedas foram:	Sexo feminino, acima de 80 anos com baixa cognição aumentam a

			queda, com quem mora, hipertensão arterial e déficit visual.	prevalência de quedas.
--	--	--	--	------------------------

DISCURSSÃO

ALVES, Raquel Letícia Tavares et al. abordou que grande parte dos idosos que sofreram quedas foram devido a fatores intrínsecos, como uso de medicações, sofreram derrame ou sofriam de doença renal crônica, e mais da metade, não realizavam mais suas atividades de vida diária após a queda. Já MENEZES, Luana Possamai et al. ressaltou que nos últimos seis meses, mais da metade dos idosos caíram e o motivo tem relação com o ambiente inadequado. Mostrou que dos que caíram, quase metade não estudou e apresentou déficit cognitivo.

LUZARDO, Adriana Remião et al. relata que fatores de riscos extrínsecos como escadarias, cômodos da casa como principalmente o banheiro, são locais onde os idosos mais caem, devido tapetes, falta de uma boa iluminação, ausência de barras no banheiro ou utilização inadequada da bengala e andador, além do uso de calçados inadequados.

MORSCH, Patricia et al. cita que idosos com pouco mais de setenta anos e do sexo feminino, caem mais. Com uma análise notou que a maioria tinha diagnóstico prévio de doenças e medicações que favoreciam os episódios de quedas. Porém, PEREIRA, Silviane Galvan et al afirma que esses episódios ocorrem devido ao meio em que o idoso se encontra, e cita como principais causas as escadas, pisos irregulares e escorregadio, objetos no chão e falta de barras para apoio no banheiro.

Idosos que possuem noção e informação do que pode levar a queda, caem menos, segundo MORSCH, Patricia et al.

Segundo NETO, J. A. C. et al os idosos elencaram fatores de risco extrínsecos como principal fator, como escadas sem corrimão e calçadas. O autor afirma que riscos relacionados ao ambiente podem aumentar a prevalência de quedas em 50%, porém sugere que as modificações no ambiente devem ser cruzadas com a prevenção de fatores intrínsecos, pois o evento possui cunho multifatorial.

PRATO, Sabrina Canhada Ferrari et al mostra que foi constatado que o sexo feminino apresenta maior prevalência de sofrer quedas, quando comparado ao sexo masculino. Destaca-se hipertensão arterial sistêmica (HAS), déficit visual, problemas de coluna, osteoporose e

doenças hematológicas como preditores para ocorrência de quedas e descarta obesidade. SMITH, Adriana de Azevedo et al concorda em que mulheres apresentam maiores chances de queda, porém ressalta que a idade é igual ou superior a sessenta e cinco anos, tendo como fatores intrínsecos qualidade de sono ruim e baixa força de preensão palmar.

Vale ressaltar que os motivos que levam os idosos a caírem, também podem ser um cruzamento de vários fatores, não somente um caso isolado. Esses eventos constituem um importante problema de saúde pública, devido a frequência que ocorrem, e o elevado custo socioeconômico.

CONCLUSÃO

De acordo com os resultados, é possível concluir que o sexo feminino tende a cair com mais frequência, tendo como principal motivo fatores extrínsecos, como escadas, chãos escorregadios e irregulares e falta de corrimão em escada e banheiro. Por outro lado, deve-se validar que as causas das quedas também são multicausais. Portanto, a inclusão de programas de atividade física regular na atenção básica, com ações específicas que atendam às necessidades dos idosos, é fundamental para a prevenção das quedas, além do planejamento do ambiente em que ele vive.

Assim, considerando a importância desta temática e sua relação com o envelhecimento, faz-se necessário o desenvolvimento de investigações mais aprofundadas que permitam avaliar com maior precisão o risco de quedas, a independência, e a saúde dos idosos.

REFERÊNCIAS

ALVES, Raquel Letícia Tavares et al. Evaluation of risk factors that contribute to falls among the elderly. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 20, n. 1, p. 56-66, 2017.

LUZARDO, Adriana Remião et al. Queda de idosos: desvelando situações de vulnerabilidade. **REME rev. min. enferm**, 2017.

MENEZES, Luana Possamai et al. Cair faz parte da vida: Fatores de risco para quedas em idosos Falling is a part of life: Falls risk factors to the elderly. **Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental Online**, v. 8, n. 4, p. 5080-5086, 2016.

MORSCH, Patricia; MYSKIW, Mauro; MYSKIW, Jociane de Carvalho. A problematização da queda e a identificação dos fatores de risco na narrativa de idosos. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 21, p. 3565-3574, 2016.

NETO, J. A. C. et al. Percepção sobre queda como fator determinante desse evento entre idosos residentes na comunidade. **Geriatr Gerontol Aging [Internet]**, v. 11, n. 1, p. 25-31, 2017.

PEREIRA, Silviane Galvan et al. Prevalence of household falls in long-lived adults and association with extrinsic factors. **Revista latino-americana de enfermagem**, v. 25, 2017.

PRATO, Sabrina Canhada Ferrari et al. Frequency and factors associated with falls in adults aged 55 years or more. **Revista de saude publica**, v. 51, p. 37, 2017.

SMITH, Adriana de Azevedo et al. Assessment of risk of falls in elderly living at home. **Revista latino-americana de enfermagem**, v. 25, 2017.