

FATORES ASSOCIADOS AO RISCO DE QUEDA EM IDOSOS

Citânia Cordeiro da Nóbrega¹
Danielly Cristiny de Veras²
RaquelCarvalho Lima³

INTRODUÇÃO

O conceito de envelhecimento envolve inúmeros fatores, que não se relacionam apenas ao aspecto biológico, mas também os aspectos sociais, psicológicos e culturais, sendo um processo que se caracteriza pela perda de reserva funcional e o indivíduo se torna mais susceptível a desenvolver doenças (BRADY; STTAIGHT; EVANS, 2014).

O envelhecimento populacional é um processo mundial que, atualmente, ganhou maior dimensão nos países em desenvolvimento, dentre os quais o Brasil. De acordo com a Organização Mundial da Saúde (BRASIL, 2015), atrelado a essa transição demográfica, ocorre também a epidemiológica, que consequentemente acarreta em um aumento da incidência de doenças crônicas, degenerativas e incapacitantes. Tais doenças, em associação com as modificações fisiológicas decorrentes do envelhecimento humano, aumentam o risco de quedas em idosos. Diante deste cenário, as quedas passam a ser eventos preocupantes.

No Brasil, cerca de 30% dos idosos caem a cada ano e este percentual aumenta para 50% entre aqueles com idade acima de 80 anos. As quedas são caracterizadas pela mudança não intencional de posição do indivíduo para um nível inferior em relação a sua posição inicial, e que não tenha resultado de um fator intrínseco (como um acidente vascular cerebral ou uma síncope) ou de um acidente inevitável (MORSCH; MYSKIW; MYSKIW, 2016).

A queda também integra uma das razões de capacidade e dependência no idoso, sendo um dos principais casos clínicos considerados nesta população, apontado como um dos problemas de saúde pública devido a sua ocorrência (MILOS et al., 2014). Diante do evento das quedas, ocorre as fraturas, que para Ambrose; Paul; Hausdorff (2013), corresponde à consequência mais frequentemente observada nos casos que precisam de hospitalização, em seguida vem o medo de cair e a necessidade de ajuda para a execução de atividades de vida diária. Dessa maneira, além das lesões físicas, a queda pode gerar consequências psicológicas, principalmente porque o medo de sofrer uma nova queda leva os idosos à limitação de suas atividades diárias, favorecendo o aumento da inatividade e a redução da capacidade funcional.

¹ Enfermeira pela Universidade Federal da Paraíba - UFPB e Graduanda do Curso de Medicina da Unifacisa, citania_cl@hotmail.com;

² Pós-graduanda do Curso de Gerontologia da Universidade Federal da Paraíba- UFPB, dany.cris.tiny@hotmail.com ;

³ Enfermeira pela Universidade Federal da Paraíba - UFPB, raquelzinhacarvalho@hotmail.com;

De acordo com o estudo de Morsch; Myskiw; Myskiw (2016), para ocorrência da queda, geralmente, necessitam de uma interação entre diferentes fatores de risco que podem ser classificados em três categorias: intrínsecos, extrínsecos e comportamentais. Os fatores de risco intrínsecos incluem as características relacionadas ao próprio idoso, tais como a idade, a capacidade funcional, a presença de doenças crônicas e de distúrbios da marcha. Os fatores de risco extrínsecos são aqueles relacionados ao ambiente no qual o idoso se encontra, e incluem superfícies irregulares, pisos escorregadios, iluminação inadequada, tapetes soltos e escadas sem corrimão. Os fatores de risco comportamentais se referem ao uso e à percepção do espaço em relação à demanda imposta pelo ambiente e a capacidade funcional do idoso. A adoção de atividades de educação em saúde pode ser uma valiosa ferramenta na prevenção dos riscos de quedas em idosos. Tais ações são consideradas eficazes na promoção do autocuidado entre os idosos e é capaz de promover benefícios coletivos. Além disso, a atividade física é uma forma de prevenção bastante eficaz e pode ser adaptada aos déficits que já estejam inseridos no idoso, como: treino de marcha, de equilíbrio, cuidados com hipotensão postural e bem como transferências (GOMES et al., 2014).

Sabendo que as quedas correspondem a um grande problema de saúde pública, que pode afetar a qualidade de vida dos idosos, sendo necessária a identificação dos fatores de risco para tal, para que seja possível realizar a prevenção destas, surgiu o interesse em desenvolver essa pesquisa. A partir de então, surgiu o seguinte questionamento para nortear o estudo: Quais os principais fatores associados ao risco de quedas em idosos?

Sendo assim, a pesquisa tem por objetivo analisar as publicações científicas sobre os principais fatores associados ao risco de quedas em idosos.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo da literatura do tipo revisão integrativa, de natureza descritiva e exploratória acerca dos fatores associados ao risco de quedas em idosos. Segundo Mendes, Silveira e Galvão (2008) a revisão integrativa corresponde a mais ampla abordagem metodológica no que se refere às revisões, pois possibilita a inclusão de estudos experimentais e não-experimentais para uma compreensão completa acerca do fenômeno analisado.

Foram estabelecidas seis etapas para a formulação do estudo: a Primeira etapa: Identificação do tema e seleção da hipótese; Segunda etapa: Critérios de inclusão e exclusão de estudo; Terceira etapa: Categorização dos estudos; Quarta etapa: Avaliação dos estudos incluídos na revisão integrativa; Quinta etapa: Interpretação dos resultados, e Sexta etapa:

Síntese do conhecimento (MENDES; SILVEIRA; GALVÃO, 2008). A pesquisa foi realizada na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), nas bases de dados MEDLINE - Medical Literature Analysis and Retrieval System *Online*, BDENF - Base de Dados em Enfermagem e LILACS - Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde, utilizando os seguintes descritores: Idoso, Enfermagem, Acidentes por quedas, foi utilizado o operador booleano AND para integrar esses descritores, os quais foram consultados através da plataforma de Descritores em Ciências da Saúde (DeCS). Foram utilizados como critérios de inclusão dos artigos na pesquisa, os artigos que estivessem nas bases de dados, artigos completos disponíveis, que estejam no idioma português, obedecendo ao recorte temporal dos últimos 5 anos, compreendidos entre 2013 à 2018 e que respondam a questão norteadora da referente pesquisa. Como critérios de exclusão foram utilizados: artigos repetidos na base de dados, que não atendam a questão norteadora da pesquisa, fora do recorte temporal, publicação em forma de tese, monografia e dissertação.

A análise dos dados dos estudos selecionados para pesquisa foram catalogados, através de quadro contendo as seguintes variáveis: ano, nome do autor, título, objetivos, tipo de estudo, bases de dados e resultados. As informações básicas foram agrupadas nas tabelas e gráficos, de modo a facilitar a visualização destes. Logo após o conteúdo correspondente foi dividido em categorias temáticas e a partir destes foi realizada a discussão dos resultados com base na literatura pertinente.

DESENVOLVIMENTO

No primeiro levantamento nas bases de dados desta pesquisa, diante dos cruzamentos dos descritores estabelecidos pela pesquisa: idoso AND enfermagem AND acidentes por quedas, obteve-se um universo 1.035. Na segunda fase do trabalho foram incluídos na pesquisa os critérios de inclusão pré-estabelecidos, foram obtidos 39 artigos e destes, foram selecionados 13 artigos para compor essa revisão sistemática, foram excluídos 16 artigos por fugir do tema, 9 artigos por repetição e 1 artigo por não está disponível na íntegra.

Segundo o ano de publicação dos artigos, em 2014, 2015 e 2016 houve maior quantidade de estudos, foram 03 artigos em cada ano. Em 2013 e 2017 obtivemos 02 artigos em cada ano, correspondendo à 15,4% em cada ano e no ano de 2018 não obtivemos artigo que contemplasse os critérios dessa pesquisa. Em relação à base de dados, BDENF e LILACS representando a com maior percentual de artigos presentes, equivalente à 61,5% da amostra, já na base de dados MEDLINE não apresentou artigos que enquadrasse aos requisitos desta

pesquisa. Sobre o periódico com maior número de artigos apresentado nessa amostra podemos destacar a Revista Eletrônica de enfermagem com 03 artigos publicados, equivalente a 23,1% da pesquisa. Os tipos de estudos pesquisados foram: caso-controle, transversal, descritivo, transversal e descritivo, coorte concorrente e revisão sistemática da literatura, sendo o transversal e descritivo o que mais se destacou nas publicações com 38,4%.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Na análise temática dos estudos da amostra foram discutidos sobre os fatores associados ao risco de queda em pessoas idosas. Nos últimos cinco anos evidenciou-se o aumento no número de quedas em pessoas idosas, sendo mais frequente em mulheres que não praticam atividade física. Dentre os idosos que apresentam alto risco de cair, o E5 identificou o perfil de pessoas propensas à quedas: mulheres, com idade entre 60 a 69 anos, casadas e que relatam morbidades como hipertensão arterial, problemas de coluna, visão prejudicada e utilizam de um a dois medicamentos regularmente, a exemplo, dos anti-hipertensivos (FERNANDES et al., 2014). O E12 também identificou a existência de associação entre o risco de quedas e uso de medicamentos em pessoas idosas, entre o uso de medicamentos para o sistema cardiovascular e sistema nervoso, e o risco de quedas (ROSA et al., 2017).

Os fatores de risco intrínsecos ou individuais foram evidenciados no E1, tais como alterações nos pés, equilíbrio prejudicado e déficit proprioceptivo foram os mais relevantes no âmbito das quedas, ao apresentarem maior significância estatística. Vale ressaltar que estes fatores compõem um sistema inter-relacionado em que a alteração em um deles pode interferir diretamente no outro, diminuindo o limiar das quedas, uma vez que constituem um sistema responsável pela manutenção do equilíbrio e sustentação do corpo (COSTA, A.G. S. et al., 2013).

Com o envelhecimento da população, fica clara a importância de avaliar o risco de quedas entre pessoas idosas, por isso a sua prevenção pode ser realizado. O E10 indicou que a prevalência de quedas nos idosos que vivem na comunidade é alta e fatores ambientais têm influência significativa sobre a ocorrência deste evento. Tal estudo mostrou que é necessário tomar medidas preventivas com maior impacto em idosos, independentemente de estarem ou não associados ao declínio do conhecimento cognitivo (STAMM, B. et al., 2016). As quedas acontecem dentro e fora do espaço físico do “lar”, a maioria acontece no quarto, seguido da sala de estar e de refeições e do banheiro. Na maioria das situações não resultaram lesões, de acordo com o E3 (BAIXINHO; DIXE, 2014). Diante dos aspectos que envolvem as quedas

em idosos institucionalizados, quanto aos fatores de risco, o E6 constatou a ocorrência desse evento está associada aos seguintes aspectos: presença de marcha, sequelas do AVE, polipatologia, histórico de queda e problema nos pés (REIS; JESUS, 2015). Já no ambiente hospitalar, o E13 evidenciou que o estado psicológico, o uso de órtese e o déficit cognitivo foram identificados como fatores de risco para queda em idosos hospitalizados (OLIVEIRA et al., 2017).

No E8 houve uma associação estatística do risco para quedas com o tempo de internação e na comparação das médias do escore idade e tempo de internação com o risco para quedas, verificou-se uma diferença estatisticamente significativa apenas entre o tempo de internação. Assim, verifica-se que o avançar da idade e o uso de medicações por via endovenosa foram os principais fatores de risco para quedas (JÚNIOR et al., 2015).

Reconhece-se, no E2, que as intervenções mais eficazes baseiam-se na identificação precoce dos idosos com maior chance de sofrerem quedas e especialmente aqueles que, além do risco de queda, apresentem também um risco aumentado de sofrer lesões graves decorrentes da mesma. Entretanto, os idosos tendem a subnotificar as quedas e creditam à idade seus problemas de equilíbrio e marcha, fazendo com que estas dificuldades de mobilidade sejam pouco consideradas ao se elaborar um plano de cuidados. Dessa forma, até que uma queda com uma consequência grave ocorra não é atribuída a devida importância ao problema (CHIANCA et al., 2013).

Os resultados encontrados no E9 evidenciaram uma prevalência de acidentes domésticos de 6,4%, sendo a queda da própria altura o acidente doméstico de maior frequência entre os idosos estudados, os quais referiram o descuido na observação do ambiente como a principal causa das ocorrências. Tal quadro demonstra que o ambiente no qual o idoso está inserido deve ser adequado às suas necessidades, na medida do possível (SANTOS et al., 2016).

Os fatores de risco para quedas, de acordo com o E4, estão presentes na maioria das residências, sendo que boa parte destes são fatores preveníveis. A prevenção de acidentes com idosos tem impacto direto nos custos do setor saúde, tornando necessária a elaboração de políticas públicas e preventivas e promocionais de saúde pública abrangendo o tema (BIZERRA et al., 2014). O E7 complementa que a queda pode ser evitada com medidas preventivas que proporcionem um ambiente seguro para o idoso, como alterações efetuadas em sua casa, no intuito de facilitar seu deslocamento e equilíbrio (KUZNIER et al., 2015).

O E11 identificou fatores de risco associados ao diagnóstico de enfermagem risco de quedas em idosos residentes na comunidade, alguns já classificados na NANDA-I e outros fatores não. Tal estudo propõe a incorporação na atividade diagnóstica, nomeadamente na avaliação do risco de queda, dos fatores de risco de queda sintomas depressivos/depressão, gênero feminino, compromisso na execução das atividades de vida diária e o medo de cair. (SOUSA et al., 2016).

A queda é subvalorizada pela equipe de saúde, nas documentações não são identificados os múltiplos fatores de risco para a queda, não há registro do que o idoso estava fazendo no momento da mesma, nem das medidas de segurança implementadas antes da sua ocorrência de acordo com o E3 (BAIXINHO; DIXE, 2014). O E7 destaca que há a necessidade de um cuidado de enfermagem sistematizado, que valorize a utilização do processo de enfermagem, o que poderá permitir a avaliação das reais necessidades do idoso a partir da identificação de diagnósticos de enfermagem e direcionar o cuidado de acordo com as particularidades de cada indivíduo (KUZNIER et al., 2015).

Por fim para lidar com essa problemática no E6 ficou evidenciado a importância da qualificação dos profissionais de saúde como condicionante no controle da prevenção de quedas em pessoas idosas, como ferramenta potencializadora no acesso dessa população, favorecendo e diminuindo complicações decorrentes das quedas na população estudada (REIS; JESUS, 2015).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O processo de envelhecimento, com alterações estruturais e funcionais, influencia o grau de independência e capacidade funcional do ser humano, acarretando maior vulnerabilidade às quedas. Dependendo do local e do estado de saúde em que o idoso encontra-se, esta ocorrência é potencializada. O presente estudo identificou que existem vários fatores de riscos atrelados à ocorrência de quedas, dentre estes, destaca-se a relevância de outras dimensões para avaliação global da pessoa idosa, tais como: avaliação cognitiva, história pessoal, diagnósticos médicos, estado nutricional, uso de medicamentos. Para tanto é necessário maior empenho por parte dos profissionais ou familiares que estejam acompanhando o idoso, incentivo e apoio de forma contínua à estes para que assim se possa diminuir o índice de quedas em pessoas idosas por meio de educação em saúde na comunidade, orientações nas consultas e visitas domiciliares, a fim de propiciar segurança, independência e uma melhor qualidade de vida ao grupo de idosos. Ademais, ressalta-se a importância da identificação de fatores de risco no planejamento de estratégias de redução da

ocorrência de quedas, haja vista que são todos fatores influenciáveis por atividades de prevenção de acidentes e educação em saúde. O presente estudo propõe pesquisas mais recentes que enfoquem a questão de fatores de risco e medidas alternativas para a prevenção de quedas na população idosa. Visto que essa população cresce substancialmente, tendo como principal enfoque a qualidade de vida destes.

REFERÊNCIAS

AMBROSE, A. F.; PAUL, G.; HAUSDORFF, J. M. Risk factors for falls among older adults: a review of the literature. **Maturitas**, v. 75, n.1, p. 51-61, 2013.

BAIXINHO, Cristina Lavareda; DIXE, Maria dos Anjos. Monitoramento de episódios de quedas em Instituição para Idosos. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, v. 16, n. 1, p. 28-34, 2014.

BIZERRA, Caio Drummond de Amorim et al. Quedas de idosos: identificação de fatores de risco extrínsecos em domicílios. **Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental Online**, v. 6, n. 1, 2014.

BRADY, A. O.; STRAIGHT, C. R.; EVANS, E. M. Body composition, muscle capacity, and physical function in older adults: an integrated conceptual model. *J Aging Phys Act*, v. 22, n. 3, p. 441-52, 2014.

BRASIL. Organização Mundial da Saúde (OMS). *Relatório Mundial de Envelhecimento e Saúde. Resumo*. Genebra: OMS; 2015.

BRITO, M. C. C. *et al.* Envelhecimento populacional e os desafios para a saúde pública: análise da produção científica. *Rev Kairos*, v. 16, n.2, p. 161-78, 2013.

CHIANCA, Tânia Couto Machado et al. Prevalência de quedas em idosos cadastrados em um Centro de Saúde de Belo Horizonte-MG. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 66, n. 2, 2013.

COSTA, Alice Gabrielle de Sousa et al. Fatores de risco para quedas em idosos. **Revista da Rede de Enfermagem do Nordeste**, v. 14, n. 4, 2013.

FERNANDES, Maria das Graças Melo et al. Risco de quedas evidenciado por idosos atendidos num ambulatório de geriatria. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, v. 16, n. 2, p. 297-303, 2014.

GOMES, Erika Carla Cavalcanti et al . Fatores associados ao risco de quedas em idosos institucionalizados: uma revisão integrativa. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro , v. 19, n. 8, p. 3543-3551, Aug. 2014 . Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232014000803543&lng=en&nrm=iso>. access on 06 Nov. 2018.

JÚNIOR, Silva et al. Risco de quedas entre idosos hospitalizados: ferramenta para segurança do paciente. **Rev. enferm. UFPI**, v. 4, n. 4, p. 75-81, 2015.

KUZNIER, Tatiane Prette et al. Fatores de risco para quedas descritos na taxonomia da NANDA-I para uma população de idosos. **Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro**, v. 5, n. 3, 2015.

MENDES, K.D.S., SILVEIRA, R.C.C.P., GALVÃO, C.M. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Texto Contexto Enferm**, v. 17, n.4, p.758-64, 2008.

MILOS, V. *et al.* Fall risk-increasing drugs and falls: a cross-sectional study among elderly patients in primary care. **Rev BMC Geriatr**, v. 14, n. 40, p. 1-7, 2014. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC24674152/>>. Acesso em: 03 nov. 2018.

MORSCH, Patricia; MYSKIW, Mauro; MYSKIW, Jociane de Carvalho. A problematização da queda e a identificação dos fatores de risco na narrativa de idosos. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro , v. 21, n. 11, p. 3565-3574, Nov. 2016 . Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232016001103565&lng=en&nrm=iso>. access on 06 Nov. 2018.

OBRIST, S.; ROGAN, S. ;HILFIKER, R. Development and evaluation of an online fall-risk questionnaire for nonfrail community-dwelling elderly persons: a pilot study. **Rev Current Gerontol Geriat Res**, v. 2016, p. 1-16, 2016. Disponível em: <<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC27247571/>>. Acesso em: 03 jun. 2018.

OLIVEIRA, Danilo Ulisses. Avaliação de quedas em idosos hospitalizados. **Rev enferm UFPE on line**, Recife, 11(Supl. 11):4589-97, nov., 2017

REIS, Karine Marques Costa; JESUS, Cristine Alves Costa. Coorte de idosos institucionalizados: fatores de risco para queda a partir do diagnóstico de enfermagem. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 23, n. 6, p. 1130-1138, 2015.

ROSA, Bibiane Moura et al. Associação entre risco de quedas e uso de medicamentos em pessoas idosas. **Revista Baiana de Enfermagem**, v. 31, n. 4, 2017.

SANTOS, Ana Maria Ribeiro et al. Acidentes domésticos em idosos atendidos em um hospital de urgência. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, v. 18.

SOUSA, L. M. M. et al. Risco de quedas em idosos residentes na comunidade: revisão sistemática da literatura. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, 2016.

STAMM, Bruna 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/Caer hace parte de la vida: Factores de riesgo para caídas en ancianos. **Revista de Pesquisa, Cuidado é Fundamental Online**, v. 8, n. 4, p. 5080, 2016.