

FATORES DE RISCO ASSOCIADOS A QUEDAS EM IDOSOS: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

Ewerton Graziane Gomes dos Santos¹; Thiago Leoncio Caiana¹; Natália Herculano Pereira²; Renata Ramos Tomaz³.

1. Graduando em Fisioterapia, Faculdade Mauricio de Nassau.

2. Docente da FMN-JP e do Centro Universitário de João Pessoa- UNIPÊ, Mestre em Modelos de Divisão e Saúde- UFPB.

3. Docente da FMN-JP e Campina Grande, Doutoranda em Fisioterapia- Universidade Federal do Rio Grande do Norte- UFRN.

Resumo: O envelhecimento, antes considerado um fenômeno, hoje faz parte da maioria das sociedades. O mundo está envelhecendo. Com isto é natural que ocorram alterações no organismo, assim tornando-o mais suscetível a quedas. Os fatores de riscos são multifatoriais e relacionados ao estilo de vida do idoso. A fisioterapia é de fundamental importância com o desenvolvimento de atividades preventivas e assim prevenindo acidentes. **Objetivo:** Identificar os fatores de riscos associados a quedas em idosos. E a importância da fisioterapia na prevenção destes acidentes. **Metodologia:** Foi realizada uma revisão sistemática, a partir do cruzamento dos descritores “Fisioterapia”, “idosos” e “Acidentes por quedas”, entre 2011 a 2015. **Resultados:** Foram encontrados 17.019 artigos, ao aplicar os critérios de elegibilidade restaram 06 estes foram categorizados em um banco de dados para análise criteriosa e foram escolhidos para a construção desta pesquisa. Observou-se que em 2011 (n=03; 50%) a maior parte dos estudos foram publicados. Notou-se que a maioria (n=05; 77,5%) foram pesquisas originais, de acordo com o método de aplicação utilizado, a maior parte (n = 05; 77,5%) abordaram avaliação física e aplicação de questionário, com o objetivo de investigar os fatores de risco associados aos idosos (n=5: 77,5%), sobre os principais fatores de riscos, predominou-se idade, sexo, drogas, álcool, tabaco, osteoporose, menopausa precoce e sedentarismo, todos cumpriram os objetivos propostos. **Conclusão:** Conclui-se que a partir deste estudo podemos compreender os fatores de riscos a quedas em idosos. E a importância da fisioterapia na prevenção e manutenção destes acidentes decorrentes das suas atividades desenvolvidas.

Palavras-chave: Fisioterapia, Idosos, Acidentes por Quedas.

Introdução: O envelhecimento, antes considerado um fenômeno, hoje faz parte da maioria das sociedades. O mundo está envelhecendo. Tanto isso é verdade que se estima para o ano de 2050, que existam cerca de dois bilhões de pessoas com 60 anos ou mais no mundo, a maioria vivendo em países em desenvolvimento. No Brasil, estima-se que existam, atualmente, cerca de 17,6 milhões de idosos (PIOVESAN; PIVETTA; PEIXOTO; 2011). É muito comum no

envelhecimento acontecerem alterações progressivas no organismo, tornando-o mais suscetível às agressões intrínsecas ou extrínsecas (PIOVESAN; PIVETTA; PEIXOTO; 2011). Com o avançar da idade, ocorre diminuição da eficiência dos sistemas sensoriais (vestibular, visual, somatosensorial). Essa alteração associada à falta de capacidade para selecionar informações sensoriais de grande importância pode ser responsável pelo aumento das

oscilações corporal e desequilíbrio do idoso. (CAVALCANTE; AGUIAR; GURGEL; 2012). Envelhecer com qualidade está diretamente relacionado com a ausência de incapacidade funcional, ainda que na velhice se experimente a presença de uma ou mais doenças crônicas (ARNDT; TELLES; KAWALSKI; 2011). Dessa forma, as quedas podem ser consideradas como uma das consequências mais grave do envelhecimento, sendo reconhecidas como importante problema de saúde pública, devido a frequência, morbidade e elevado custo social e econômico decorrentes das lesões provocadas (CAVALCANTE; AGUIAR; GURGEL; 2012). A queda pode ser definida como o deslocamento não intencional do corpo para um nível inferior a posição inicial com incapacidade de correção em tempo hábil, determinado por circunstância multifatoriais e comprometendo a estabilidade presença de uma ou mais doenças crônicas (ARNDT; TELLES; KAWALSKI; 2011). As quedas e suas consequências para as pessoas idosas no Brasil têm assumido dimensão de epidemia (ALVES, N. B; SCHEICHER; 2011). Os principais fatores de risco para as quedas e fraturas são: Idade, sexo, uso de drogas psicotrópicas, consumo abusivo de álcool, tabaco, osteoporose, menopausa precoce, sedentarismo, perda de capacidade cognitiva e presença de comorbidades.

(SOARES; MELO; SILVA; NUNES; 2015). A fisioterapia desempenha papel importante na prevenção de quedas, pois proporciona melhora do quadro motor e do equilíbrio, além de fornecer orientações aos pacientes e seus cuidadores, eliminando ou minimizando os fatores de risco (PIOVESAN; PIVETTA; PEIXOTO; 2011). Com base na busca do tema na literatura atual, foram encontradas algumas evidências científicas, com isso é percebida a carência de acrescer a base científica nesta área. Este estudo tem como objetivo.

Metodologia: Trata-se de uma revisão sistemática de literatura da temática proposta, este tipo de revisão é uma forma de pesquisa que utiliza da fonte como fonte de dados a literatura sobre determinado tema, que disponibiliza um resumo das evidências relacionadas a uma estratégia de intervenção específica, mediante os métodos explícitos e sistematizado de busca, apreciação crítica e síntese da informação selecionada. As etapas do nosso estudo constaram de: 1- Definição da pergunta e objetivo; 2- Escolha da base de dados e estratégia de busca; 3- Definição dos critérios de elegibilidade; 4- Análise e validação da qualidade dos achados; 6- Considerações finais; 7- Revisão do texto e finalização. Foram inclusos estudos que abordavam como tema, Os fatores de risco associados à queda em idosos, publicados

entre 2011 e 2015, em língua portuguesa, sendo artigos completos em periódicos, que abordassem riscos de quedas, acidentes por quedas, idosos, fisioterapia e fatores de risco, a partir de pesquisas originais de artigos científicos publicados. Foram excluídos os artigos que não estavam completos na base de dados, artigos que não foram desenvolvidos em um contexto nacional, que não estivesse publicado em português, os que não estavam dentro do período de tempo proposto, os que não estavam disponíveis na base de dados selecionadas, os que não apresentavam como assunto principal acidentes por quedas, idosos e fatores risco, os que não foram publicados em revistas especializadas de geriatria e gerontologia, e os que não estavam disponíveis virtualmente. Mediante a pesquisa na base de dados foram utilizados os seguintes descritores, palavras chaves presentes no DeCs (Descritores em Ciências da Saúde) e Mesh (Medical Subject Headings), foram utilizados de formas sincronizadas: Acidentes por quedas AND idosos e Fisioterapia AND idosos, na base de dados LILACS (Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde) .Para validação dos estudos selecionados foi elaborado um formulário de coleta de dados, que foi preenchido para cada produção da amostra final do estudo, que caracterizou-se em tópicos sobre os tipos de publicações dos

estudos, autores, ano de publicação, objetivos e resultados deles.

Resultados e discussão: Foram encontrados a princípio 17.019 com o tema proposto, dentre eles foram excluídos 17.013 de acordo com os critérios de exclusão estabelecidos. Após a aplicação dos critérios de elegibilidade, restaram 6 artigos, que foram selecionados para a revisão, sendo todos eles pertencentes a plataforma LILACS, estes artigos podem ser visualizados na tabela 1.

Fatores associados a quedas em idosos residentes em um bairro de Fortaleza, Ceará.	2012
Perfil epidemiológico de idosos que foram a óbito por queda no Rio Grande do Sul.	2015
Análise dos fatores associados a quedas com fraturas de fêmur em idosos: um estudo de caso controle.	2015
Equilíbrio postural e risco para queda em idosos da cidade de Garça, SP.	2011
O custo direto da fratura de fêmur por quedas em pessoas idosas: análise no Setor Privado de Saúde	2011

na cidade de Brasília,2009.	
Fatores que pré dispõem a quedas em idosos residentes na região oeste de Santa Maria, RS.	2011

Tabela 1: Estudos selecionados para a revisão.

Com referência nos dados a maior parte foi publicada no ano de 2011 (n=3; 50%), seguido de 1 estudo em 2012 (n=1; 16,66%) e 2 estudos em 2015 (n=2; 36,32%). Observar o histograma na figura 1 abaixo.

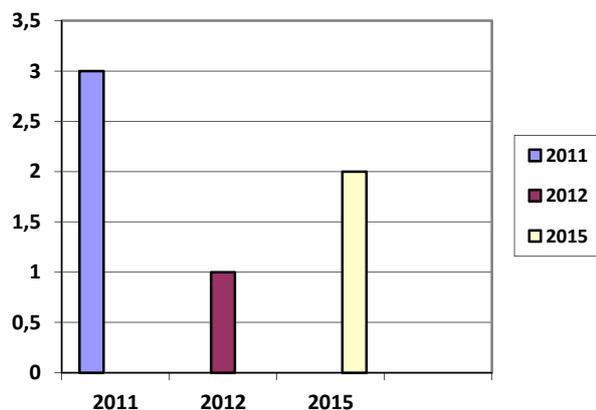


Figura 1: Relação em anos de numero publicações.

Partindo destes dados podemos observar que as pesquisas sobre esta temática vêm muito pouco sendo desenvolvidas no Brasil, porém no país a expectativa de vida vem crescendo gradativamente e junto com ela o aumento dos índices de queda dos idosos, quedas estas que elevam o número das internações

hospitalares, podendo estas vir a desenvolver maiores complicações e levar o idoso a óbito, estes números também vem crescendo no país. Por outro lado observamos os avanços da medicina e as melhorias nas condições gerais de vida da população que repercutem na expectativa de média da vida do brasileiro, que em 1940 era de 45,5 anos de idade, passando para 72,7 anos em 2008, ou seja, mais de 27,2 anos de vida. Segundo a projeção do IBGE, o país continuará galgando anos da vida média da sua população, alcançando em 2050 o patamar de 81,29 anos.¹ Quanto ao tipo dos estudos observa-se que os 06 estudos (100%) foram baseados em pesquisas originais, alguns deles foram construídos decorrentes de análises de bancos de dados ou pesquisas diretamente com os idosos. De acordo com os métodos de pesquisas aplicados podemos constatar que 04 estudos (65%) estavam correlacionados a investigar os aspectos e fatores de risco de quedas nos idosos, 01 estudo (17,5%) estava relacionado a montar e eleger um perfil dos idosos que vieram a óbito após as quedas e 01 estudo (17,5%) tinha como objetivo estimar os custos diretos dos recursos médicos hospitalares no tratamento cirúrgico das fraturas de fêmur decorrentes das quedas. Existe uma subjetividade muito grande em relação para que possamos elencar os principais fatores de risco de quedas em

idosos, levando-se em consideração tanto a multifatorialidade como a os fatores biológicos, intrínsecos e extrínsecos que influênciam em cada indivíduo. Porém os estudos mostram que a fisioterapia é de fundamental importância em desenvolver atividades preventivas como também orientações para os indivíduos e familiares para que possam diminuir as possíveis eventualidades de quedas. Considerando a multidisciplinaridade e a importância de uma visão mais abrangente da saúde do idoso. Podemos assim avaliar o idoso em um contexto biopsicosocial, é de extrema relevância que as pesquisas partam de todas as áreas da saúde, onde nesta pesquisa podemos observar que 03 estudos (50%) partem da Fisioterapia, 01 estudo (16,66%) da Fonoaudiologia, 01 estudo (16,66%) da Medicina e 01 estudo (16,66%) da Gerontologia.

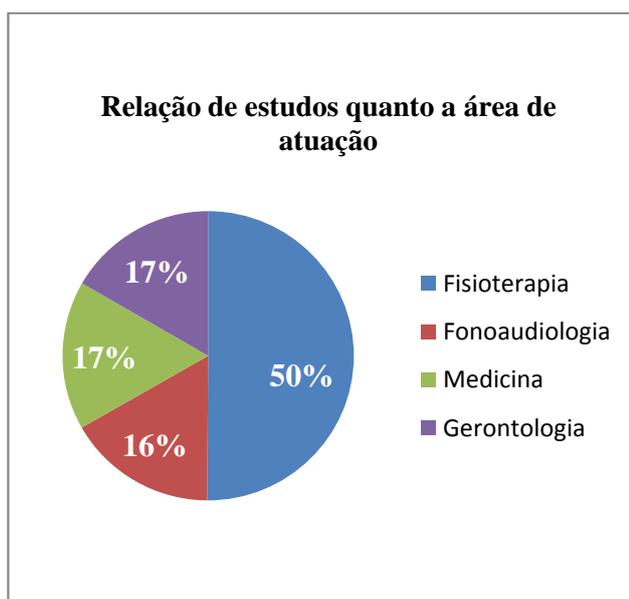


Figura 2: Relação de estudos e suas áreas respectivas.

Observamos também uma diferença entre o número de trabalhos desenvolvidos levando em consideração o cruzamento dos descritores, “Acidentes por quedas AND idosos” (n=5;83,3%) e “Fisioterapia AND idosos” (n=1;16,7%), como podemos observar na figura 1. De acordo com o alcance dos objetivos traçados nos 06 artigos pesquisados todos eles conseguiram cumprir as propostas apresentadas.

Conclusão: O presente estudo propiciou um melhor entendimento dos fatores de riscos associados a quedas em idosos, informações fundamentais para a formulação de ações preventivas sendo estas individuais ou coletivas voltadas à prevenção e manutenção de futuros agravos. Concluiu-se também que a fisioterapia é de fundamental importância neste processo de prevenção e diminuição dos agravos causados pela queda em idosos, assim como consequência diminuindo os custos na área de saúde pública com cirurgias e internações hospitalares.

Referências:

1. SOARES, D. S.; MELO, L. M.; SILVA, A. S.; NUNES, A. A. Análise dos fatores associados a quedas com fraturas de fêmur em idosos: um estudo de caso controle Rev:

Brasileira de Geriatria e Gerontologia. Ano:
2015

2. ALVES, N. B.; SCHEICHER, M. E.
Equilíbrio postural e risco para queda em
idosos da cidade de Garça, SP Rev: Brasileira
de Geriatria e Gerontologia. Ano: 2011

3. CAVALCANTE, A. L. P.; AGUIAR, J.
B.; GURGEL, L. A. Fatores associados a
quedas em idosos residentes em um bairro de
Fortaleza, Ceará. Rev: brasileira de geriatria
e gerontologia. Ano: 2012

4. PIOVESAN, A. C.; PIVETTA, H. M. F.;
PEIXOTO, J. M. B. Fatores que pré dispõem
a quedas em idosos residentes na região oeste
de Santa Maria, RS. Rev: Brasileira de
Geriatria e Gerontologia Ano: 2011

5. ARNDT, A. B. M.; TELLES, J. L.;
KAWALSKI, S. C. O custo direto da fratura
de fêmur por quedas em pessoas idosas:
análise no Setor Privado de Saúde na cidade
de Brasília, 2009. Rev: Brasileira de
Geriatria e Gerontologia. Ano: 2011

6. ROSA, T. S. M.; Moraes, A. B.; FILHA,
P. V. A. V. S. - Perfil epidemiológico de
idosos que foram a óbito por queda no Rio
Grande do Sul. Rev: Brasileira de Geriatria e
Gerontologia. Ano:2015