



## **UMA REFLEXÃO SOBRE FATORES DE RISCO RELACIONADO AS QUEDAS EM IDOSOS.**

THUM, Cristina<sup>1</sup>; GEHRKE, Fernanda<sup>2</sup>

**Palavras-chaves:** Idoso. Acidentes. Quedas. Fatores.

### **INTRODUÇÃO**

Os números frequentes de quedas de idosos é muito relevante, tonando-se deste modo uma preocupação a saúde pública. Segundo Oliveira et. al. (2014), o evento da queda advém de fatores que se interagem entre si, entendidos como fatores intrínsecos e extrínsecos. Enfatiza ainda que o ambiente em que o idoso vive são responsáveis por 40% das quedas deste grupo social.

Segundo a Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia (2008), a queda ocorre em todos os países sendo que a taxa de envelhecimento populacional é significativa, e se caracteriza como um acidente doméstico sério em idosos, causando grande impacto em sua saúde e qualidade de vida.

Diante do exposto, o presente estudo tem como questão norteadora: quais são as tendências da produção científica sobre a queda em idosos? No entanto, objetiva-se conhecer as tendências da produção científica sobre os fatores de risco de quedas em idosos.

### **METODOLOGIA**

Trata-se de um estudo de revisão narrativa, descritivo de abordagem qualitativa. O estudo foi realizado no mês de junho de 2017, sem recorte temporal, utilizando-se a Base de Dados EBSCO. Utilizou-se descritores como: idoso, acidentes, quedas; fatores. Como

---

<sup>1</sup> Docente do Centro de Ciências da Saúde e Agrárias (CCSA) da Universidade Cruz Alta -UNICRUZ. Doutoranda em Gerontologia Biomédica. Integrante do Grupo de Pesquisa ENFAS, e GIEEH/UNICRUZ. E-mail :crkaefer@unicruz.edu.br

<sup>2</sup> Acadêmica do 6º semestre de Enfermagem, Universidade de Cruz Alta (UNICRUZ). Membro do Grupo de Pesquisa Enfermagem no Contexto da Atenção à Saúde – ENFAS. E-mail: fegehrke@hotmail.com



critérios de inclusão foram utilizados artigos originais que englobassem a temática sobre quedas em idosos. E como critérios de exclusão: estudos de revisão, relatos de experiência, estudos de reflexão, teses e dissertações, manuais, estudo de caso, atualização e artigos que não estavam disponíveis na íntegra.

A busca possibilitou a localização de 17 (dezessete) publicações sobre o tema, onde se incluíram no estudo 14(quatorze) artigos originais, sendo que foram excluídos dois que eram estudo de revisão e um que não estava de acordo com o tema escolhido.

O presente estudo ocorreu em cinco etapas. A primeira etapa foi delimitar as palavras-chaves. A segunda etapa ocorreu na escolha pela Base de Dados. Na terceira, realizou-se a leitura dos resumos e identificação das palavras chaves, sendo neste momento aplicados os critérios de inclusão e exclusão das publicações encontradas na busca. A quarta etapa procedeu-se no salvamento dos artigos científicos selecionados para o estudo. Já na quinta e última etapa foi realizada a leitura minuciosa dos artigos, analisando os principais resultados de pesquisa.

## **RESULTADOS E DISCUSSÕES**

A partir da leitura minuciosa dos artigos selecionados referentes ao objetivo do estudo, pesquisas enfatizam motivos de quedas de idosos relacionados ao ambiente( fatores extrínsecos) e a fatores relacionados ao processo do envelhecimento, estilo de vida, entendidos como intrínsecos.

Importante também vislumbrar que as quedas são muito frequentes nos idosos,indica-se deste modo sendo um problema de saúde nesta idade onde pode ocorrer lesões graves impactando a sua qualidade de vida com este evento (COSTA,*et al* 2011).

A ocorrência destas quedas envolve muito os fatores ambientais, como por exemplo, dentro das próprias casas, onde pode ser citato o tipo de piso da casa, presença de tapetes, móveis em excesso que dificultam a locomoção dentro de casa, ambientes pouco iluminados, ausência de antiderrapantes, presença de degraus, escorregar durante o banho e ao sentar/levantar do sanitário (MACHADO,*et al*, 2009. BAIXINHO, *et al*, 2014).

Oliveira et. al. (2014) coloca que os fatores de quedas ambientais ofertam maior risco pois estão relacionados a estruturas que os idosos circundam em superfícies irregulares,



muitas vezes estando estas molhadas e escorregadias, acrescido ao uso de tapetes , com desníveis que favorecem o desequilíbrio e conseqüentemente evento da queda.

Segundo Barbosa (2014), o ambiente domiciliar é onde mais ocorre as quedas em idosos, prevalecendo neles o sentimento de medo de cair, pois como sabem que pode haver danos físicos como luxações, dores musculares e até fraturas, eles por muitas vezes se limitam a exercer algumas atividades diárias, podendo dessa forma os tornar mais facilmente caidores.

Há diversos fatores de risco pelas condições intrínsecas que podem estar relacionados com a queda em idosos. Segundo Ramos (2011), foi possível verificar que os principais riscos de quedas estão relacionados com o sedentarismo, uso de medicações, problemas de visão, problemas de audição, comprometimento da marcha e inadequação do IMC.

A síndrome da fragilidade tem uma estreita relação com as quedas, já que está relacionada com a desregulação energética, fisiológica e funcional do organismo dos idosos (SOUSA, *et al.*, 2015).

É de suma importância destacar que os idosos precisam ter alguém para que os cuide diariamente e que os faça companhia para que eles não se sintam tão solitários durante o seu envelhecimento.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Por meio deste estudo foi possível destacar os principais fatores de risco que estão relacionados com as quedas em idosos. Importante entender o evento da queda em idosos para assistir e elaborar de forma multidisciplinar e interdisciplinar medidas promocionais de saúde e de prevenção no intuito de preservar a qualidade de vida deste ciclo vital.

É importante salientar que durante as visitas domiciliares o profissional de saúde esteja capacitado a reconhecer e intervir em situações de risco que se fazem presente no domicílio do idoso. Da mesma forma, em grupos de idosos, o Enfermeiro pode atuar de forma dinâmica, por meio da educação em saúde continuada, informando todos os fatores de risco de quedas como meio de prevenir estes acontecimentos que podem interferir na saúde dos idosos.

Deste modo, cabe ao Enfermeiro e demais profissionais criar medidas de prevenção para um ambiente que traga segurança ao idoso sendo por meio da orientação tanto para o idoso quanto para o familiar cuidador sobre pisos antiderrapantes, iluminação adequada,



vestuário e calçados adequados, corredores livres de obstáculos, corrimão adaptado e uso de rampas adaptadas.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia. **Quedas em Idosos: Prevenção**. Out 2008.

COSTA, A.G.S., et al. Acidentes por quedas em um grupo específico de idosos. **Rev. Eletr. Enf.** 2011 jul/set; vol. 13 n. 3 p. 395-404.

MACHADO, T.T., et al. Avaliação da presença de risco para queda em idosos. **Rev. Eletr. Enf.** 2009; vol. 11 n. 1 p. 32-8.

BAIXINHO, CRSL, DIXE, MACR. Monitoramento de episódios de quedas em Instituição para Idosos. **Rev. Eletr. Enf.** 2014 jan/mar; vol. 16 n. 1 p. 28-34.

BARBOSA, K.T.L. et al. Caracterização das quedas referidas por idosos. **Revista Baiana de Enfermagem**, Salvador, 2014 maio/ago.; vol. 28, n. 2, p. 168-175.

OLIVEIRA Adriana Sarmiento de; TREVIZAN Patrícia Fernandes, BESTETTI Maria Luisa Trindade, MELO Ruth Caldeira de. Fatores ambientais e risco de quedas em idosos: revisão sistemática **Revista Brasileira de Gerontologia e Geriatria**-Rio de Janeiro, 2014;; 17(3):637 <http://dx.doi.org/10.1590/1809-9823.2014.13087>

RAMOS, C.V. et al. Quedas em idosos de dois serviços de pronto atendimento do Rio Grande do Sul. **Rev. Eletr. Enf.** 2011 out/dez; vol. 13 n. 4, p. 703-13.

SOUSA, J.A.V. et al. Síndrome da fragilidade e risco para quedas em idosos: um estudo descritivo. **Online braz j nurs.** 2015; vol 14.