

FATORES QUE CAUSAM AS QUEDAS EM IDOSOS: uma revisão
integrativa
FACTORS THAT CAUSE FALLS IN ELDERLY: an integrative review

Maria Julia de Marchi Teixeira ¹
Veronica Jocasta Casarotto²

RESUMO

O envelhecimento é uma tendência mundial, segundo os dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) a porcentagem de pessoas acima dos 65 anos passara de 9,2% para 25,5% o que significa que a cada quatro brasileiros um será idoso. Esse estudo tem como objetivo entender quais são os fatores que mais causam quedas no idoso. Trata-se de uma revisão integrativa realizada entre os meses de agosto e setembro de 2021, utilizando as bases de dados Scielo, Lilacs, MedLine, periódico CAPES e BVS buscando fatores de risco associados a quedas. Os principais fatores que predisõem as quedas foram metodologicamente divididos entre intrínsecos e extrínsecos. Também houve destaque para eventos pós-queda, como o medo de cair novamente e a necessidade de frequentar o mesmo lugar onde caiu. O fator dificuldade para caminhar FOI SIGNIFICATIVO, sendo maior entre os idosos não-longevos. Para os demais fatores extrínsecos e intrínsecos da queda, não foram encontradas diferenças significativas. No entanto, merece atenção o uso de calçados inadequados durante a queda, mais prevalente entre os idosos não-longevos. Conclui-se que os fatores extrínsecos e intrínsecos estão relacionados com os episódios de quedas nos idosos.

Palavras-chave: Fatores de risco; Fatores extrínsecos; Fatores intrínsecos; Equipe Multidisciplinar.

ABSTRACT

Aging is a global trend, according to data from the Brazilian Institute of Geography and Statistics (IBGE) the percentage of people over 65 years old will rise from 9.2% to 25.5% which means that for every four Brazilians one will be elderly . This study aims to understand the factors that most cause falls in the elderly. This is an integrative review carried out between the months of August and September 2021, using the Scielo, Lilacs, MedLine, CAPES and BVS databases looking for risk factors associated with falls. The main factors that predispose to falls were methodologically divided into intrinsic and extrinsic. There was also an emphasis on post-fall events, such as the fear of falling again and the need to attend the same place where he fell. The factor difficulty in walking WAS SIGNIFICANT, being higher among the non-long-lived elderly. For the other extrinsic and intrinsic factors of the fall, no significant differences were found. However, the use of inappropriate shoes during falls deserves attention, being more prevalent among the non-long-lived elderly. It is concluded that extrinsic and intrinsic factors are related to episodes of falls in the elderly.

Keywords: Risk factors; Extrinsic factors; Intrinsic factors; Multidisciplinary team.

¹ Acadêmica do curso de Fisioterapia da Faculdade do Vale do Juruena – AJES. Juína, Mato Grosso. E-mail: mariajuliamarchi@hotmail.com

² Fisioterapeuta, Coordenadora e Professora Mestra do Curso de Fisioterapia da Faculdade do Vale do Juruena – AJES. Juína, Mato Grosso. E-mail: veronica_casarotto@hotmail.com.

INTRODUÇÃO

O envelhecimento é uma tendência mundial, segundo os dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) a porcentagem de pessoas acima dos 65 anos passará de 9,2% para 25,5% o que significa que a cada quatro brasileiros, um será idoso (VIEIRA *et al.*, 2019).

Com o avanço da idade aumentam-se as fragilidades em relação a funcionalidade dos idosos, levando muitas vezes à incapacidade na realização das atividades diárias e piora no quadro geral de saúde dos idosos. O envelhecimento da população também gera um aumento da ocorrência de quedas, afetando principalmente idosos acima dos 65 anos, sendo responsável pela diminuição da qualidade de vida, tornando o indivíduo dependente de auxílio constantemente. (CRUZ; CHAOUBAH; LEITE, 2017).

As quedas são multifatoriais, podendo ser uma fratura até casos graves levando a internação, hospitalar, conseqüentemente reduzindo a funcionalidade e capacidade de realizar várias atividades diárias (VIEIRA *et al.*, 2019). Existem fatores extrínsecos relacionados com o ambiente, segundo NETO *et al.* (2018) descreve que esses fatores podem ser a iluminação, barras de segurança, pisos escorregadios, altura dos móveis, obstáculos no percurso, roupas muito longas e calçados inadequados. Os fatores intrínsecos relacionam-se com aspectos fisiológicos (condições clínica) e psicossociais do próprio envelhecimento (SILVA; REZENDE; CALABRIA, 2019; GONÇALVES *et al.*, 2017).

Esse estudo tem como objetivo entender quais são os fatores que mais causam quedas no idoso.

METODOLOGIA

O estudo trata-se de uma revisão integrativa, que associa seis etapas, sendo essas: elaboração da pergunta norteadora; busca ou amostragem na literatura; coleta de dados; análise crítica dos estudos incluídos; discussão dos resultados e a apresentação da revisão integrativa (SOUZA; SILVA E CARVALHO 2010).

A pergunta norteadora: quais são os fatores que mais causam quedas no idoso?

Os descritores foram encontrados a partir da estratégia PICO (problema e\ou paciente, intervenção e contexto) (DA COSTA SANTOS, DE MATTOS PIMENTA, NOBRE; 2007)

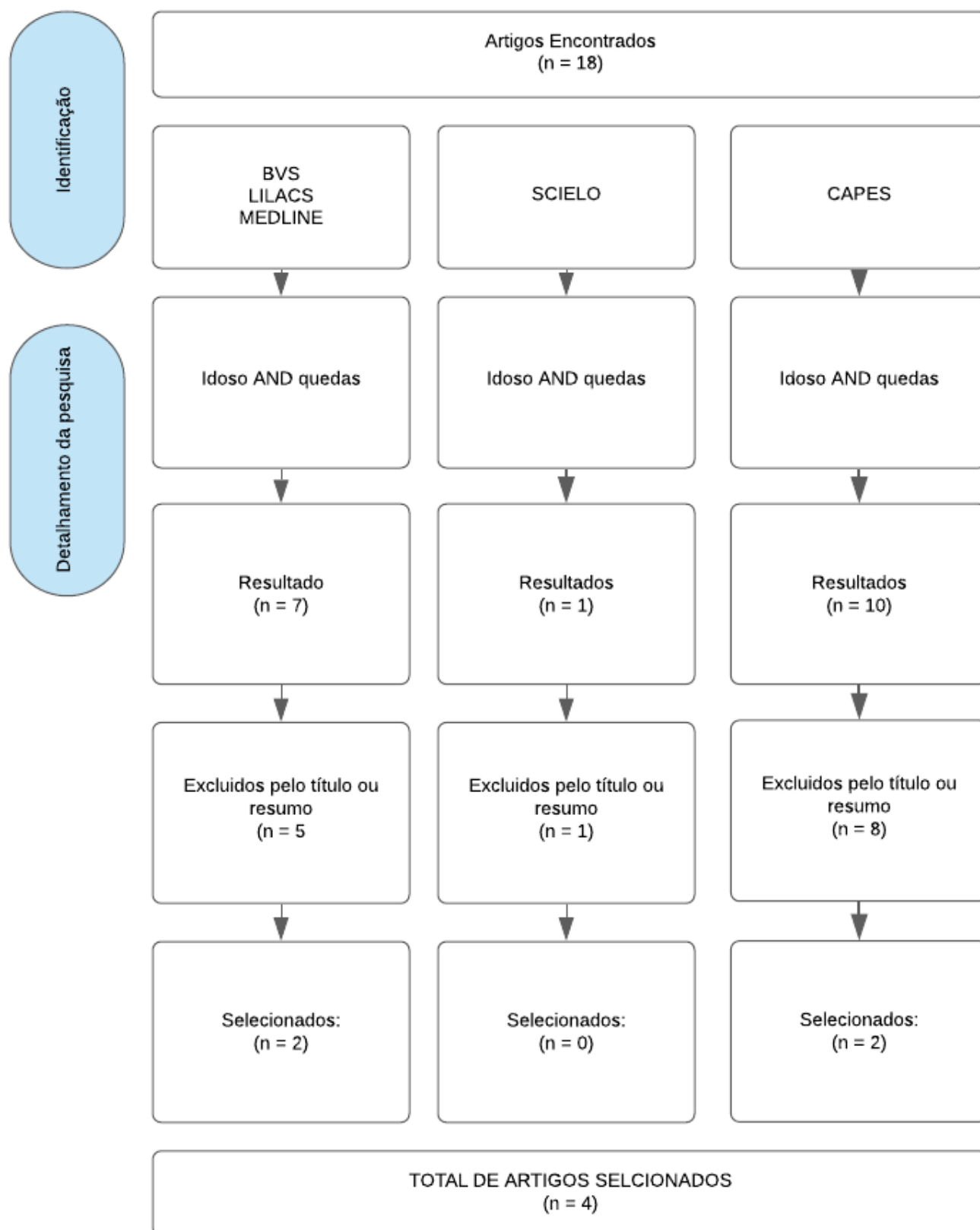
Identificador	Palavra da pergunta norteadora	Descritores
P	Queda em idosos	Quedas
I	Fatores de risco	Fator de Risco População em Risco
Co	Saúde do idoso. Prevenção de quedas	Saúde do Idoso Assistência Integral à Saúde do Idoso Atenção Integral à Saúde do Idoso Atendimento Integral à Saúde do Idoso

Foram realizadas buscas nas bases de dados da Biblioteca Virtual da Saúde (BVS), Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE), Literatura Latino-Americana em Ciências da saúde (LILACS), Periódicos Capes e *Scientific Electronic Library Online* (SCIELO).

Os critérios de inclusão: estudos publicados em português, disponíveis na íntegra e originais.

Os critérios de exclusão: artigos em outro idioma, estar duplicado nas bases de dados, editoriais, artigos de revisão, dissertações e teses.

Figura 01 – Fluxograma da pesquisa sistemática da literatura.



Fonte: Autoria própria.

RESULTADOS

Figura 02 – Tabela com os artigos encontrados

Titulo	Autor	Revista	Objetivo	Metodologia e tamanho da amostra	Intervenção	Resultados
Quedas em pessoas idosas: restrições do ambiente doméstico e perdas funcionais ARTIGO 1	TEIXEIRA, D. K. S.; ANDRADE, L. M.; SANTOS, J. L. P.; CAIRES, E.S. 2019	Rev. Bras. Geriatr. Gerontol. 2019;22(3): e180229	Identificar os fatores intrínsecos e extrínsecos que predisõem as quedas em pessoas idosas e abordar as consequências desses eventos em suas vidas	Pesquisa descritiva, exploratória, com abordagem qualitativa.	Desenvolver medidas que reduzam os riscos de quedas nos domicílios e as suas complicações. Promovendo, desta forma, ações que minimizem as dificuldades enfrentadas pelas pessoas idosas, que vão da educação a questões sociais	Da análise das entrevistas emergiram-se os principais fatores que predisõem as quedas, sendo metodologicamente divididos entre intrínsecos e extrínsecos. Além desses, houve destaque também para eventos pós-queda, como o medo de cair novamente e a necessidade de frequentar o mesmo lugar onde caiu, visto ser esse o seu ambiente doméstico que, por questões sociais, não pode ser modificado, conforme preconizado pelas ações educativas de prevenção.

<p>Risco de quedas e fatores associados: comparação entre idosos longevos e não-longevos ARTIGO 2</p>	<p>ARRUDA, G. T., <i>et al</i> 2019</p>	<p>Fisioter Bras 2019;20(2); 156-61</p>	<p>O objetivo deste estudo foi comparar o risco de quedas e os fatores associados em idosos longevos e não-longevos.</p>	<p>Estudo do tipo observacional, quantitativo e de caráter transversal. Realizado com 32 idosos, de ambos os sexos, divididos em dois grupos: não longevos e longevos.</p>	<p>Para diminuir o risco de quedas, a prática de exercícios físicos e intervenções que visem o autocuidado e a melhora do equilíbrio do idoso deveriam ser incentivadas pelos profissionais da saúde, especialmente pelos fisioterapeutas.</p>	<p>Na análise dos dados, foi significativo o fator “dificuldade para caminhar” ($p = 0,035$), sendo maior entre os idosos não-longevos. Para os demais fatores extrínsecos e intrínsecos da queda, não foram encontradas diferenças significativas. No entanto, merece atenção o uso de calçados inadequados durante a queda, mais prevalente entre os idosos não-longevos</p>
---	---	---	--	--	--	---

<p>Prevalência de queda grave e fatores associados em idosos brasileiros: resultados da Pesquisa Nacional de Saúde, 2013 ARTIGO 3</p>	<p>AMORIM, J. S. C.. <i>et al</i> 2021</p>	<p>Ciência & Saúde Coletiva, 26(1):185-196, 2021</p>	<p>O objetivo deste estudo foi estimar a prevalência e os fatores associados às quedas graves em idosos brasileiros, a partir dos dados da Pesquisa Nacional de Saúde (2013)</p>	<p>Estudo transversal cuja amostra se deu por conglomerados a partir de três estágios de seleção, os setores censitários foram a unidade primária, os domicílios a unidade secundária e os moradores a unidade terciária, representando, portanto, a população adulta brasileira.</p>	<p>As medidas para minimizar o risco de quedas podem ser implementadas por uma equipe multidisciplinar para gerenciamento adequado de doenças e por pesquisadores para planejar ações públicas coletivas.</p>	<p>A prevalência de queda grave foi elevada e multifatorial, permitindo a identificação de perfis de maior vulnerabilidade, o que deve ser considerado no direcionamento de políticas públicas para intervenções específicas.</p>
---	--	--	--	---	---	---

<p>Percepção sobre queda e exposição de idosos a fatores de risco domiciliares ARTIGO 4</p>	<p>NETO, J. A. C., <i>et al</i> 2018</p>	<p>Ciência & Saúde Coletiva, 23(4):1097-1104, 2018</p>	<p>Descrever a percepção sobre quedas dos idosos residentes na comunidade; mensurar a exposição desses indivíduos a fatores de risco domiciliares relacionados; e avaliar a influência do conhecimento sobre queda na adoção de medidas preventivas</p>	<p>O delineamento do estudo é do tipo transversal, de natureza exploratória, descritiva e quantitativa</p>	<p>Para prevenir a ocorrência de quedas, a população em geral deve receber suporte de qualidade quanto a esse fenômeno e de seus fatores de risco, pois o aumento da percepção sobre esses acidentes é capaz de reduzir a exposição a seus fatores desencadeadores, preparando os indivíduos para vivenciar o processo de envelhecimento, principalmente quando há vulnerabilidade financeira e racial</p>	<p>Para a obtenção da amostra desejada, foram abordados 601 indivíduos que preenchiam os critérios de seleção, dos quais 101 se recusaram a responder (taxa de recusa de 16,8 %). Foram consideradas 27 entrevistas como perda amostral, por preenchimento incompleto ou recusa do participante em responder a questões essenciais do instrumento, totalizando 473 entrevistas válidas e utilizadas na análise dos dados. Adiante, as frequências estão apresentadas de forma textual, reservando as tabelas para as análises de correlação estatística e exposição dos fatores de risco domiciliares arguidos.</p>
---	--	--	---	--	--	---

DISCUSSÃO

O artigo 01, 03 e 04 cita o medo dos idosos em sofrer a segunda queda e as consequências. O estudo de Bittencourt *et al.*, (2017) vem de encontro demonstrando que 40,7% dos pacientes mencionaram o medo de cair novamente e esse medo está relacionado com problemas físicos, psicológicos e cognitivos. De acordo com Santos *et al.*, (2020), traz que as consequências graves são as fraturas, lesões em tecidos moles e até mesmo a morte.

O estudo de Miranda *et al.*, (2018) descreve que as quedas são causadas por fatores extrínsecos e/ou intrínsecos, precisando de uma abordagem multidisciplinar para garantir uma boa qualidade de vida ao idoso.

Em um estudo de Cruz, Duque e Leite (2017) realizado com 314 idosos entre 60 anos ou mais que residiam na Zona Norte da cidade de Juiz de Fora, Minas Gerais, mostrou a relação do histórico de quedas que 34,1% referiram ter sofrido algum episódio no último ano, e que um dos fatores para esses episódios seria a dificuldade para caminhar.

Na pesquisa de Rosa, Cappellari e Urbanetto (2019) no município de Porto Alegre-RS, com 193 idosos no período de abril a dezembro de 2016, verificou-se que 53 idosos ou 27,5% deles tiveram pelo menos uma queda, entre esses idosos 85 deles, ou seja 44% faziam o uso de calçados inadequados, o que colabora para os riscos de queda.

No estudo de Oliveira *et al.* (2019) relata que os fatores que mais colabora para as quedas são os extrínsecos principalmente no domicílio (tapetes soltos, piso escorregadio, objetos no chão, ausência de barras de apoio), sabendo desses fatos pode-se conseguir evitar as possíveis quedas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conclui-se que os fatores extrínsecos e intrínsecos estão relacionados com os episódios de quedas nos idosos. Esses fatores podem contribuir para a perda da funcionalidade, independência ou até mesmo a morte. A prevenção das quedas necessita de uma avaliação individualizada, além do acompanhamento de uma equipe multidisciplinar para contribuir na qualidade de vida do idoso.

REFERENCIAS

AMORIM, J. S. C.; SOUZA, M. A. N.; MAMBRINI, J. V. M.; COSTA, M. F. L.; PEIXOTO, S. V. Prevalência de queda grave e fatores associados em idosos brasileiros: resultados da Pesquisa Nacional de Saúde, 2013. **Ciência & Saúde Coletiva**. 26(1):185-196, 2021.

ARRUDA, G. T.; WESCHENFELDER, Á. J.; STRELOW, C. S.; FROELICH, M. A.; PIVETTA, H. M. F.; BRAZ, M. M. Risco de quedas e fatores associados: comparação entre idosos longevos e não-longevos **Fisioterapia Brasil**., 2019.

BITTENCOURT, V. L. L.; GRAUBE, L. S.; STUMM, E. M. F.; BATTISTI, I. D. E.; LORO, M. M.; WINKELMANN, E. R. Fatores associados ao risco de quedas em pacientes adultos hospitalizados. **Rev Esc Enferm USP** - 2017.

COSTA, D. M.; SANTANA, I. O.; SOARES, S. M. Fragilidade em pessoas idosas atendidas na atenção secundária: fatores associados. **Rev. Bras. Geriatr. Gerontol**. 2020.

CRUZ, D. T.; CRUZ, F. M.; CHAOUBAH, A.; LEITE, I. C. G. Fatores associados a quedas recorrentes em uma coorte de idosos. **Cad. Saúde Colet.**, 2017

GONÇALVES, A. K.; GRIEBLER, M.; POSSAMAI, V. D.; COSTA, R. R.; MARTINS, V. F. Idosos caidores e não caidores: programa de exercício multicomponente e prevalência de quedas. **ConScientiae Saúde**, 2017

MIRANDA, A. P.; A, I. F.; BARBOSA, M. E. I. Fatores de risco que contribuem para queda em idosos. **Revista nursing**. 2018.

NETO, J. A. C.; BRAGA, N. A. C.; BRUM, I. V.; GOMES, G. F.; TAVARES, P. L.; SILVA, R. T. C.; FREIRE, M. R.; FERREIRA, R. E. Percepção sobre queda e exposição de idosos a fatores de risco domiciliares. **Ciência & Saúde Coletiva**, 23(4):1097-1104, 2018.

OLIVEIRA, H. M. L.; RODRIGUES, L. F. CARUSO, M. F. B.; FREIRE, N. S. A. Fisioterapia na prevenção de quedas em idosos: revisão de literatura. **Revista Interdisciplinar de Estudos Experimentais**, 2017

SANTOS, P. H. F.; STIVAL, M. M.; LIMA, L. R.; SANTOS, W. S.; VOLPE, C. R. G.; REHEM, T. C. M. S. B.; FUNGHETTO, S. S. Diagnostico de enfermagem de risco de quedas em idosos da atenção primária. **Rev Bras Enferm**. 2020.

SILVA, E. O.; REZENDE, A. A. A., CALABRIA, L. K. Aspectos socioeconômicos e eventos de queda entre idosos atendidos no sistema público de saúde. **Ver Bras Promoç Saude**. 2019.

SILVA, V. M.; ARRUDA, A. S. F.; SILVA, L. S. V.; JUNIOR, F. L. P.; CACHIONI, M.; MELO, R. C. Efetividade de uma intervenção múltipla para a prevenção de quedas em idosos participantes de uma universidade aberta a terceira idade. **Rev. Bras. Geriatr. Gerontol**. 2019.

TEIXEIRA, D. K. S.; ANDRADE, L. M.; SANTOS, J. L. P.; CAIRES, E. S. Quedas em pessoas idosas: restrições do ambiente doméstico e perdas funcionais. **Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.**, 2019.

VIEIRA, G. C.; CARDOSO, G. V.; BARROS, A. A. AL.; CUNHA, A. C. M.; DELGADO, A. C. M. Avaliação do medo de cair e da velocidade da marcha em idosos residentes em uma instituição de longa permanência: relato de experiência. **HU rev.** 2019; 45(2):227-230.

Cruz, Danielle Teles da, Duque, Raphaela Ornellas e Leite, Isabel Cristina Gonçalves Prevalence of fear of falling, in a sample of elderly adults in the community. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia* [online]. 2017, v. 20, n.

Rosa, Vitor Pena Prazido, Cappellari, Fátima Cristina Bordin Dutra e Urbanetto, Janete de Souza Analysis of risk factors for falls among institutionalized elderly persons. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia* [online]. 2019, v. 22, n.

OLIVEIRA, et al. Fatores de risco para quedas em idosos no domicílio: um olhar para a prevenção. *Braz. J. Hea. Rev.*, Curitiba, v. 2, n. 3, p. 1568-1595, mar./apr. 2019.