

Análise da percepção de queda em idosos e possível prevenção: uma mini revisão de literatura

Giovanna Sacramento Sluzek Faccioli¹; Carolina Ander de Oliveira Elias¹, Álvaro Borges Sales¹, Daniel Castro dos Santos¹, Sara Fernandes Correia²

1. Discente do curso de Medicina da Universidade Evangélica de Goiás – UniEVANGÉLICA.
2. Docente do curso de Medicina da Universidade Evangélica de Goiás – UniEVANGÉLICA.

RESUMO: É sabido que os episódios de queda na população idosa é uma realidade atemporal, devido a múltiplos fatores, sejam eles físicos, patológicos ou sociais. Essas vítimas de queda estão expostas diariamente aos riscos de lesão e até mesmo internação hospitalar. Nessa perspectiva, tem-se como objetivo avaliar as medidas preventivas relacionadas a quedas em idosos. O presente estudo trata-se de uma mini revisão integrativa com base em cinco artigos selecionados a partir de pesquisa na fonte de dados SciELO utilizando os descritores, acidentes por quedas; Idoso; Saúde do idoso institucionalizado; cuidados de enfermagem, no período de 2018 e 2023. Observou-se de uma forma geral, que a eficiência dos métodos de prevenção pode ser analisada em um único principal pilar que é a educação para a melhor percepção dos idosos sobre o risco de queda. Conclui-se que as medidas preventivas de quedas em idosos são bastante eficazes, já que elas vão induzir uma melhor percepção dos perigos da queda, o que provoca a diminuição desses episódios pela maior prevenção.

Palavras-chave:
Acidente por quedas.
Idoso.
Saúde do idoso institucionalizado.
Cuidados de enfermagem.

INTRODUÇÃO

A definição de queda, de acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), refere-se ao deslocamento não intencional do corpo para um nível inferior à posição inicial, com incapacidade de correção em tempo hábil. As principais vítimas desse evento adverso, em cenários hospitalares e cotidianos, são os idosos (OMS, 2021).

Em adição aos custos ao sistema de saúde pública resultantes de quedas em idosos, que incluem readmissão hospitalar e gastos adicionais de recursos, as consequências psicológicas além de físicas ao grupo diretamente afetado podem desfavorecer sua recuperação, envolvendo uma piora na

qualidade de vida, o medo de queda que acompanha as atividades, o declínio funcional e outras ansiedades (SILVA, 2021).

Por conseguinte, a adoção de medidas preventivas para quedas em idosos devem ser incorporadas para que esse grupo populacional possa viver com melhor qualidade e saúde. Nesse enquadramento, tem-se como objetivo avaliar as medidas preventivas relacionadas a quedas em idosos.

METODOLOGIA

Ao corporificar uma mini revisão integrativa, torna-se possível obter uma visão panorâmica aos conceitos complexos pelos dados da literatura teórica e empírica sobre o assunto de interesse. Assim como outros métodos de revisão, ela está atrelada à Prática Baseada em Evidências (PBE) (PEREIRA, 2018).

Os dados foram buscados a fim de reponder à pergunta norteadora: quais as medidas preventivas relacionadas a quedas em idosos?

A mini revisão integrativa deu-se baseada no método PICO: problema/paciente, intervenção, controle, outcome. Porém, a variável “controle” não se aplica a este trabalho, pois seria necessário estabelecer um grupo controle para realizar uma comparação.

Foi conduzida pesquisa na base de dados Scielo (*Scientific Electronic Library Online*) em Março de 2023, utilizando os descritores “acidente por quedas”, “idoso”, “saúde do idoso institucionalizado” e “cuidados de enfermagem” e seus equivalentes em inglês.

Foram incluídas publicações que estavam disponíveis na íntegra e gratuitamente, em português. Foram selecionados apenas artigos de 2019 a 2022, abrangendo estudos transversais, ensaio clínico randomizado em *cluster* e estudo quase experimental, que melhor suprissem a pergunta norteadora. Por outro lado, foram excluídos artigos de revisão de literatura.

RESULTADOS

Nesta revisão integrativa, foi realizada uma análise de cinco artigos, que está representada no (Quadro 1). De uma forma geral, deve-se notar que a eficiência dos métodos de prevenção pode ser analisada em um único principal pilar que é a educação para a melhor percepção dos idosos sobre o risco de queda.

O estudo transversal descritivo de Lopes *et al.* (2022) utilizou a Teoria de intervenção prática da enfermagem em saúde coletiva como um importante indicador no processo de cuidado na prevenção de queda junto aos idosos, através de um plano de ação que mobiliza a equipe de enfermagem para cuidados desses idosos hospitalizados.

No que se refere as causas de quedas, de acordo com Silva *et al.* (2021) a maioria dos idosos não apresentou histórico de quedas (n= 63,5%) e 19% dos idosos caídoes foram hospitalizados após um

episódio de queda. Além disso, no estudo de Souza *et al.* (2022) os idosos que apresentaram maior risco de queda são aqueles que tinham algum acompanhamento diário ou aqueles com menor recurso financeiro, em que a primeira causa estava associada à sensação de segurança que esses indivíduos sentiam com um acompanhante e a segunda estava relacionada com a falta de instrução sobre a percepção dos riscos.

Somado a isso, para Sá *et al.* (2022), o uso de vídeo educativo e as orientações verbais aumentaram essa percepção sobre tais perigos, com um grupo controle tendo melhores resultados. Contudo o tamanho do efeito nessa amostra foi pequeno, apesar da relevância da instrução. Para Soares *et al.* (2022), idosos com baixa adesão ao tratamento medicamentoso apresentam chances de 5,57 vezes de ter alto risco de quedas em relação aos idosos com maior adesão, e aqueles com barreiras no domínio recordação apresentaram chances de 22,75 vezes de ter alto risco de queda em relação aos idosos sem barreiras no domínio recordação

Quadro 1: Artigos incluídos na mini revisão integrativa de literatura, separados por, autor/ano, desenho do estudo, objetivo, principais resultados, conclusões.

AUTOR/ANO	DESENHO DE ESTUDO	OBJETIVOS	PRINCIPAIS RESULTADOS	CONCLUSÕES
Souza <i>et al.</i> (2021)	Estudo Transversal	Verificar os fatores associados ao risco, percepção e conhecimento de quedas; E dor em idosos	Entrevistados com risco alto de quedas têm apresentaram maior idade, aqueles com rede de apoio tiveram menor percepção e conhecimento do risco de queda e apresentaram menor percentual de dor intensa.	Fatores associados ao risco, percepção e conhecimento de quedas e dor em idosos foram idade, renda familiar, número de dependentes de renda, cuidador, rede de apoio, hipertensão, déficit de deambulação, anti-hipertensivo, hipolipemiantes, escolaridade, comorbidades e religião.
Sá <i>et al.</i> (2022)	Ensaio Clínico Controlado randomizado	Avaliar a eficácia do uso de um vídeo educativo em comparação com as diretrizes verbais de enfermagem para aumentar a percepção dos idosos sobre o risco de queda.	Os grupos de intervenção e controle tiveram um aumento na percepção, com uma diferença estatisticamente significativa entre pré e pós-testes. Na análise intergrupo, o grupo controle apresentou maior percepção de riscos de queda em relação ao grupo de intervenção.	O uso do vídeo educativo e as orientações verbais aumentaram a percepção de idosos sobre riscos de queda, com o grupo controle tendo melhores resultados. Contudo, o tamanho do efeito foi pequeno.

Silva et al. (2021)	Estudo Transversal	O objetivo desse estudo foi verificar a associação de quedas com fatores sociais, econômicos, aspectos clínicos, nível de atividade física e percepção do risco de quedas em idosos caídores e não caídores.	A maioria dos idosos não apresentou histórico de quedas (n= 63,5%) e 19% dos idosos caídores foram hospitalizados após um episódio de queda.	Idosos caídores apresentam menor percepção do risco de quedas, nível de escolaridade e classe econômica.
Soares et al. (2022)	Estudo Transversal	Associação da adesão e das barreiras à terapêutica medicamentosa com o risco de quedas e as variáveis sociodemográficas, clínicas e econômicas	Idosos com baixa adesão ao tratamento medicamentoso apresentaram chance de 5,57 vezes de ter alto risco de quedas em relação aos idosos com maior adesão, e aqueles com barreira no domínio recordação apresentaram chance de 22,75 vezes de ter alto risco de queda, em relação aos idosos sem barreira no domínio recordação.	A baixa e média adesão à terapêutica medicamentosa e a barreira relacionada ao domínio recordação se associaram a alto risco de queda nos idosos
Lopes et al. (2022)	Estudo Transversal Descritivo	Analisar o processo de cuidados para prevenção de quedas em idosos na perspectiva teórica e metodológica da teoria de intervenção prática da enfermagem em saúde coletiva	Realizou-se a captação e interpretação dos dados nas dimensões estrutural, particular e singular, seguido da avaliação de saúde e identificação dos principais riscos intrínsecos e extrínsecos para quedas dos idosos	Foi possível analisar o processo de cuidado na prevenção de quedas junto aos idosos por meio da perspectiva teórica e metodológica na Teoria De Intervenção Prática da Enfermagem em Saúde Coletiva, sendo proposto um plano de intervenções de enfermagem.

DISCUSSÃO

De acordo com os resultados observados, a prevenção dos riscos de queda por idosos está estritamente ligada aos parâmetros sociais, educacionais, financeiros e culturais. Um exemplo disso é a relação encontrada com o maior número de idosos caídores quando se refere ao nível de instrução

educacional e esse fator está atrelado às condições financeiras desse idoso e do tipo de crença, já que aqueles com menos condições possuem menos instrução (SOUZA, 2021; CARDOSO).

De uma forma geral, a literatura concorda com os resultados desse estudo no que tange à associação entre educação e prevenção de queda em idosos. Um exemplo disso é a discussão proposta pelos estudos de Sá *et al.* (2022), mostrando que o grupo controle teve melhoria na percepção de risco de queda quando foram submetidos aos vídeos educativos.

Ainda nessa perspectiva, percebe-se que idosos em condições físicas debilitadas sofrem mais com a queda do que aqueles que praticam atividade física e possuem uma estrutura mais estável. Nota-se que os níveis de atividade física influenciam na percepção do risco de queda, podendo levar à melhora da ocorrência de queda nesses idosos (SILVA, *et al.*, 2021.). Ainda nesse estudo, 21% dos idosos caidores apresentou um episódio de queda nos últimos doze meses, em ambientes externos (53,1%), devido a um tropeço (60,5%) e como consequência apresentou escoriações e hematomas (53,1%). Outros 19% dos idosos apresentaram histórico de hospitalização em detrimento das quedas. Tendo em vista os dados apresentados neste tópico, é explícito que um idoso debilitado tem maiores chances de ser um tipo caidor.

Outrossim, a polifarmácia pode aumentar o risco de quedas, especialmente quando combinada com outras condições médicas e problemas de saúde, como problemas no domínio de memória. Esses medicamentos usados podem aumentar o risco de queda, pois muitos deles podem causar arritmia ou hipotensão postural, fraqueza muscular e tontura, além de reduzirem o estado de alerta e a função psicomotora (SOARES, 2022; REZENDE)

Por fim, a teoria prática busca a intervenção de enfermagem de forma dinâmica, dialética e participativa, e nesse caso, esse método faz-se eficiente no quesito prevenção de queda, e está associada ao método de vídeos educativos, do estudo do autor Sá *et al.* (2022). Essa união traz melhorias na percepção do risco por essa população.

CONCLUSÃO

De acordo com o índice de queda em idosos podemos inferir que as medidas preventivas de quedas em idosos são bastante eficazes, também são de extrema importância para evitar riscos maiores à saúde. Ademais, é importante que novos estudos sejam feitos sobre esse assunto para que os profissionais de saúde possam obter um olhar mais atento sobre a prevenção de riscos de quedas em idosos e que os próprios idosos caidores agudizem sua percepção sobre os perigos da queda, causas e as formas de prevenir. É imprescindível que novos estudos sejam realizados sobre a temática, para que profissionais de saúde, cuidadores de idosos, e a população idosa, tenham acesso a mais informações e consigam cada vez mais realizar intervenções qualificadas.

REFERÊNCIAS

CARDOSO, *et al.* Crenças em saúde e adesão de idosos às medidas preventivas de quedas: estudo quase experimental. **Revista Brasileira de Enfermagem**. vol.75, n.4, 2022.

LOPES, *et al.* Processo de cuidado para prevenção de quedas em idosos: teoria de intervenção prática da enfermagem. **Escola Anna Nery**. vol. 26, n.3, 2022.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Relatório Global da OMS Sobre Prevenção de Quedas na Velhice. **Secretaria do Estado de Saúde São Paulo**. 2010.

REZENDE, *et al.* Queda entre idosos no Brasil e sua relação com o uso de medicamentos: revisão sistemática. Vol.28, n.12.

SÁ, *et al.* Efetividade de vídeo educativo na percepção de idosos sobre riscos de queda: ensaio clínico randomizado. **Rev Esc Enferm Usp**. vol. 28, n.3, 2022.

SILVA, *et al.* Idosos caidores e não caidores: Associação com características sociais, fatores econômicos, aspectos clínicos, nível de atividade física e percepção do risco de quedas: um estudo transversal. **Fisioter. Pesqui.** vol. 28, n.3, 2021.

SOARES, *et al.* Adesão e barreiras à terapêutica medicamentosa: relação com o risco de queda em idosos. **Texto e Contexto Enfermagem**. vol. 31, n.3, 2022.

SOUZA, *et al.* Fatores associados ao risco, à percepção e ao conhecimento de quedas em idosos. **Rev Gaúcha Enferm**. vol. 43, n.3, 2022.