ANÁLISE DAS PRINCIPAIS CAUSAS DE QUEDAS EM IDOSOS: UMA REVISÃO DE LITERATURA

Cristoffer Rodrigues Lopes [1]

Graziela Morgana Silva Tavares [2]

Resumo:

Introdução:A população de idosos no Brasil está aumentando exponencialmente. E paralelo a este processo, é observado também diversas alterações sofridas por estes indivíduos, dentre estas pode-se citar as dos sistemas visual, vestibular e somatossensorial, os quais são responsáveis pela manutenção do equilíbrio, e estes, juntamente com a redução do sistema músculo esquelético, poderá deixar os idosos mais susceptíveis a sofrerem quedas e suas consequências. Objetivo: Analisar as principais causas de queda da população idosa. Método:Trata-se de um estudo de revisão de literatura, no qual utilizou-se os descritores idoso, acidentes por quedas e envelhecimento, nas bases de dados SciELO e LILACS. Foram analisados artigos publicados no período de 2011 a 2017. Para análise dos dados, foram extraídas as seguintes informações, ano, autor, título, amostra avaliada (idade e sexo) e desfecho final, ou seja as principais causas de quedas. Resultados: Foram encontrados inicialmente 120 artigos nas bases de dados, dos quais 11 atenderam aos critérios de inclusão. Estes avaliaram 4772 idosos, onde verificou-se uma predominância do sexo feminino (n= 3089), com idades entre 53 a 103 anos. Nestes verificou-se que os principais fatores causadores de quedas dos indivíduos idosos foram: pisos escorregadios ou molhados, superfícies irregulares, degraus altos ou desníveis no piso, escadaria sem corrimão, objetos como tapetes e brinquedos soltos no chão e iluminação inadequada, tendo então uma prevalência maior das quedas ocasionadas por fatores extrínsecos. Já como fatores intrínsecos, houve uma predominância de fatores relacionados ao uso de mais de cinco tipos de medicamentos devido a doenças consideradas comuns para a terceira idade, sendo que o padrão encontrado foi o de maior uso de anti hipertensivos e sedativos que influenciam no padrão de equilíbrio e tonicidade muscular, acarretando também fatores como tontura e vertigem. Vale ressaltar que a grande maioria das quedas ocorreram da própria altura do indivíduo idoso. Conclusão: Com base nos artigos analisados, foi possível concluir que as mulheres sofrem mais quedas do que os homens, tendo como principais causas relacionadas a fatores extrínsecas. Dado o exposto, medidas de prevenção poderiam ser adotadas para que haja uma diminuição da exposição dos idosos aos fatores que possam resultar em quedas, como por exemplo:utilização de calçados adequados, piso anti-derrapante, colocação de barras de apoio, dentre outros, o que auxiliará a evitar novas quedas, bem como possíveis fraturas que poderão acarretar em agravos tanto a saúde física quanto mental.

Palavras-chave: Idoso; Acidentes por quedas; Envelhecimento

Modalidade de Participação: Iniciação Científica

ANÁLISE DAS PRINCIPAIS CAUSAS DE QUEDAS EM IDOSOS: UMA REVISÃO DE LITERATURA

[1] Aluno de graduação. CristofferLopes09@gmail.com. Autor principal

[2] Docente. graziunipampa@gmail.com. Orientador

ANÁLISE DAS PRINCIPAIS CAUSAS DE QUEDAS EM IDOSOS: UMA REVISÃO DE LITERATURA

Introdução: A população de idosos no Brasil está aumentando exponencialmente. E paralelo a este processo, é observado também diversas alterações sofridas por estes indivíduos, dentre estas pode-se citar as dos sistemas visual, vestibular e somatossensorial, os quais são responsáveis pela manutenção do equilíbrio, e estes, juntamente com a redução do sistema músculo esquelético, poderá deixar os idosos mais susceptíveis a sofrerem quedas e suas consequências. Objetivo: Analisar as principais causas de queda da população idosa. Método: Trata-se de um estudo de revisão de literatura, no qual utilizou-se os descritores idoso, acidentes por quedas e envelhecimento, nas bases de dados SciELO e LILACS. Foram analisados artigos publicados no período de 2011 a 2017. Para análise dos dados, foram extraídas as seguintes informações, ano, autor, título, amostra avaliada (idade e sexo) e desfecho final, ou seja as principais causas de quedas. Resultados: Foram encontrados inicialmente 120 artigos nas bases de dados, dos quais 11 atenderam aos critérios de inclusão. Estes avaliaram 4772 idosos, onde verificou-se uma predominância do sexo feminino (n= 3089), com idades entre 53 a 103 anos. Nestes verificou-se que os principais fatores causadores de quedas dos indivíduos idosos foram: pisos escorregadios ou molhados, superfícies irregulares, degraus altos ou desníveis no piso, escadaria sem corrimão, objetos como tapetes e brinquedos soltos no chão e iluminação inadequada, tendo então uma prevalência maior das quedas ocasionadas por fatores extrínsecos. Já como fatores intrínsecos, houve uma predominância de fatores relacionados ao uso de mais de cinco tipos de medicamentos devido a doenças consideradas comuns para a terceira idade, sendo que o padrão encontrado foi o de maior uso de anti hipertensivos e sedativos que influenciam no padrão de equilíbrio e tonicidade muscular, acarretando também fatores como tontura e vertigem. Vale ressaltar que a grande maioria das quedas ocorreram da própria altura do indivíduo idoso. Conclusão: Com base nos artigos analisados, foi possível concluir que as mulheres sofrem mais quedas do que os homens, tendo como principais causas relacionadas a fatores extrínsecas. Dado o exposto, medidas de prevenção poderiam ser adotadas para que haja uma diminuição da exposição dos idosos aos fatores que possam resultar em quedas, como por exemplo: utilização de calçados adequados, piso anti-derrapante, colocação de barras de apoio, dentre outros, o que auxiliará a evitar novas quedas, bem como possíveis fraturas que poderão acarretar em agravos tanto a saúde física quanto mental.

Referências:

AVEIRO, Mariana Chaves et al. Mobilidade e risco de quedas de população idosa da comunidade de São Carlos. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 17, p. 2481-2488, 2012.

CARVALHO, Maitê Peres de; LUCKOW, Eliara Lüdtke Tuchtenhagen; SIQUEIRA, Fernando Vinholes. Quedas e fatores associados em idosos institucionalizados no município de Pelotas (RS, Brasil). **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 16, p. 2945-2952, 2011.

CAVALCANTE, André Luiz Pimentel; DE AGUIAR, Jaina Bezerra; GURGEL, Luilma Albuquerque. Fatores associados a quedas em idosos residentes em um bairro de Fortaleza, Ceará. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 15, n. 1, p. 137-146, 2012.

CHEIK, N. C. et al. Efeitos da adaptação às próteses auditivas na qualidade de vida, no equilíbrio e no medo de queda em idosos com perda neurossensorial. **Art. Int. de Otorrinolaringologia**, v. 16, n. 2, 2012.

DE MIRANDA DIAS, Roberta Bolzani et al. TONTURAS E QUEDAS EM IDOSOS: UM OLHAR A PARTIR DA TEORIA DO DESENGAJAMENTO. **Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento**, v. 16, n. 2.

DE PINHO, Tatyana Ataíde Melo et al. Avaliação do risco de quedas em idosos atendidos em Unidade Básica de Saúde. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 46, n. 2, p. 320-327, 2012.

LUZARDO, Adriana Remião et al. Queda de idosos: desvelando situações de vulnerabilidade. **REME rev. min. enferm**, v. 21, 2017.

PRATA, Hugo Leonardo et al. Envelhecimento, depressão e quedas: um estudo com os participantes do Projeto Prev-Quedas. **Fisioterapia em Movimento**, v. 24, n. 3, 2017.

REZENDE, Cristiane de Paula; GAEDE-CARRILLO, Maria Ruth Gonçalves; SEBASTIÃO, Elza Conceição de Oliveira. Queda entre idosos no Brasil e sua relação com o uso de medicamentos: revisão sistemática. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 28, p. 2223-2235, 2012.

RODRIGUES, I. G.; FRAGA, G. P.; BARROS, M. B. A. Quedas em idosos: fatores associados em estudo de base populacional. **Rev Bras Epidemiol**, v. 17, n. 3, p. 705-18, 2014.

SANTOS, Roberta Kelly Mendonça dos et al. Prevalência e fatores associados ao risco de quedas em idosos adscritos a uma Unidade Básica de Saúde do município de Natal, RN, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 20, p. 3753-3762, 2015.