

## FATORES DE RISCO PARA QUEDAS EM IDOSOS BRASILEIROS RESIDENTES NA COMUNIDADE: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Maylle Tallyta Oliveira Cavalcante <sup>1</sup>  
Kríssia Jessélia de Souza Bezerra <sup>2</sup>  
Mayara Sabrina Oliveira Cavalcante <sup>3</sup>

### RESUMO

As quedas são eventos muito relevantes na população idosa por trazer consequências importantes na autonomia e na qualidade de vida do idoso. Existem múltiplas causas que podem levar à queda no idoso, bem como há uma diversidade de fatores de risco que podem aumentar a prevalência destas nos idosos residentes na comunidade. A metodologia utilizada foi a revisão integrativa, usando como bases de dados o PubMed e a Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), com base nos seguintes descritores: Brasil, Idoso, Fatores de Risco, Quedas acidentais e Comunidade. Os resultados apontaram que, dentre os fatores intrínsecos de risco para quedas, os mais relevantes estão relacionados ao sexo, idade, uso de medicamentos e condições clínicas e funcionais. Já entre os fatores de risco extrínsecos, destacam-se os ambientais, como luzes apagadas à noite, piso escorregadio ou sem proteção e escada sem corrimão. Os fatores socioeconômicos mais citados foram escolaridade e renda. Dessa forma, entende-se que há envolvimento de fatores modificáveis e não modificáveis no risco de quedas e ter conhecimento sobre ambos pode ajudar na prevenção desses eventos.

**Palavras-chave:** Brasil, Comunidade, Fatores de Risco, Idoso, Quedas Acidentais.

### INTRODUÇÃO

As quedas são eventos bastante frequentes na população idosa e sua ocorrência traz implicações importantes sobre a autonomia e qualidade de vida desse grupo (FREITAS; PY, 2016). A origem das quedas em idosos é multifatorial e vai desde a diminuição da massa e força muscular, distúrbios na marcha e no equilíbrio, redução da mobilidade, flexibilidade e acuidade visual até aspectos cognitivos e psicológicos, como depressão e medo de cair (ELIAS FILHO, 2019).

Embora em muitos casos as quedas não causem lesões graves, elas podem trazer consequência significativas como dor, hematomas, lacerações, fraturas, incluindo fraturas de

---

<sup>1</sup>Graduando do Curso de Medicina da Universidade Federal de Pernambuco - UFPE, [mayllecavalcante@gmail.com](mailto:mayllecavalcante@gmail.com)

<sup>2</sup> Graduando do Curso de Medicina da Universidade Federal de Pernambuco- UFPE, [krissia.jsbezerra@ufpe.br](mailto:krissia.jsbezerra@ufpe.br)

<sup>3</sup>Orientador: especialista em Atenção Básica e Saúde da Família, Centro Universitário Tabosa de Almeida (ASCES-UNITA), [mayarasabrinacavalcante@gmail.com](mailto:mayarasabrinacavalcante@gmail.com)

membros superiores e de quadril, além de sangramento intracraniano em casos graves (SHARIF, 2018). Algumas consequências relevantes também estão relacionadas ao medo de cair, também tratado na literatura como síndrome da ansiedade pós-queda, que pode restringir diversas atividades na vida do idoso, diminuindo sua qualidade de vida e até mesmo aumentar as chances de transferência para uma Instituição de Longa Permanência para Idosos (ILPI) (FREITAS; PY, 2016).

Os fatores de risco relacionados a quedas em idosos podem ser divididos em intrínsecos, os quais estão relacionados ao quadro clínico do idoso, como idade, sexo e medicamentos em uso e fatores extrínsecos, os quais estão mais relacionados ao ambiente no qual o idoso está inserido, como iluminação e acessibilidade e há também os fatores comportamentais (SBGG, 2008).

Os fatores de risco intrínsecos e extrínsecos foram tomados como referencial teórico de discussão neste artigo, bem como foram adicionados os fatores socioeconômicos, que emergiram dos artigos revisados como um tópico relevante a ser estudado. Dessa forma, apesar de alguns fatores de risco não serem modificáveis, este estudo possibilita o conhecimento mais aprofundado sobre os fatores de risco, para que se possa direcionar orientações de prevenção de quedas para os idosos residentes na comunidade, evitando prejuízos à sua qualidade de vida. Posto isso, esta revisão tem como objetivo analisar a literatura atual acerca dos fatores de risco de quedas em idosos brasileiros residentes na comunidade.

Para isso, a metodologia utilizada foi uma revisão integrativa da literatura; ao todo, foram revisados 50 documentos, publicados entre 2016-2021, nas bases de dados BVS e PubMed, e 07 deles atenderam aos critérios e foram incluídos na revisão. Os resultados encontrados foram apresentados em forma de quadro e discutidos de acordo com três categorias principais: fatores de risco intrínsecos, extrínsecos e socioeconômicos.

Dentre os fatores intrínsecos, os que tiveram maior significância ns artigos revisados foram idade avançada; sexo feminino; uso de medicamentos e condições clínicas e funcionais. Já entre os extrínsecos, destacam-se fatores ambientais, como luzes apagadas à noite; piso escorregadio ou sem proteção e escada sem corrimão. Dentre os fatores socioeconômicos, destaca-se renda e escolaridade. Dessa maneira, entende-se que, embora

haja múltiplos fatores de risco para quedas em idosos, conhecê-los é essencial para prevenir estes eventos.

## **METODOLOGIA**

Trata-se de um estudo exploratório, do tipo Revisão Integrativa, o qual buscou levantar os principais fatores de risco associados a quedas em idosos que vivem na comunidade. Ao revisar a literatura atual, buscou-se responder à seguinte pergunta de pesquisa: “quais os fatores de risco associados a quedas em idoso brasileiros que residem na comunidade?”. A seleção dos artigos se deu nas bases de dados Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e PubMed, com termos indexados nos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e no Medical Subject Headings (MeSH). Os seguintes termos de busca foram utilizados em ambas as bases de dados: “Accidental falls”; “Risk factors”; “Aged”; “Community”; “Brazil”.

Os critérios de inclusão foram artigos gratuitos disponíveis na íntegra, nos idiomas inglês, português e espanhol, publicados entre os anos 2016-2021. Foram excluídos os artigos repetidos, artigos de revisão, editoriais e informativos, bem como artigos cuja temática principal não se adequa aos objetivos desta revisão. Além disso, estudos cuja população-alvo não era de idosos brasileiros foram excluídos.

Para análise dos textos selecionados observou-se os seguintes aspectos: ano da publicação; título do artigo; metodologia; objetivos e resultados. Os resultados foram descritos em quadro e posteriormente discutidos. Além disso, a discussão foi dividida em fatores intrínsecos, extrínsecos e socioeconômicos para melhor compreensão dos achados.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

A busca inicial resultou em 50 documentos, sendo 12 na PubMed e 38 na BVS. Destes, 02 foram excluídos por serem artigos de revisão; 21 não se adequaram à temática de estudo; 01 não tratava da população brasileira e 19 estavam repetidos, restando, portanto, 07 artigos para revisão. O quadro de artigos selecionados está descrito abaixo:

**Quadro 01:** artigos analisados e incluídos na revisão integrativa

<b>Título</b>	<b>Autores</b>	<b>Ano</b>	<b>Local de pesquisa</b>	<b>Considerações</b>
A conscientização sobre as quedas é um fator determinante deste evento entre os idosos residentes na comunidade	Neto <i>et al.</i>	2017	Juiz de Fora (MG)	Identifica a prevalência de quedas em idosos e os fatores de risco intrínsecos e extrínsecos; bem como avalia a percepção de quedas.
Comportamentos de risco para quedas em idosos: experiências de agentes comunitários de saúde	Fonseca <i>et al.</i>	2020	Município no interior de São Paulo	Relaciona comportamentos de risco relacionados a fatores extrínsecos, socioeconômicos e psicológicos.
Fatores associados a quedas recorrentes em uma coorte de idosos	Abreu <i>et al.</i>	2016	Cuiabá (MT)	Analisa os fatores de risco associados à recorrência de quedas em idosos com base em dados obtidos em inquéritos domiciliares.
Queda em idosos: estudo de base populacional	Gulich e Cordova	2016	Arroio Trinta (SC)	Identifica a prevalência de quedas; local de maior ocorrência; consequências e fatores de risco associados.
Incidência e fatores preditivos de quedas em idosos residentes na comunidade: um estudo longitudinal	Souza <i>et al.</i>	2019	Uberaba-MG	Estima a incidência de quedas e os fatores preditivos para risco de cair e quedas recorrentes, utilizando também o Falls Efficacy Scale-International (FES-I) Brasil.
Prevalência de quedas e fatores associados em idosos no Rio de Janeiro, Brasil: o estudo FIBRA-RJ	Malini <i>et al.</i>	2019	Rio de Janeiro-RJ	Analisa fatores de riscos associados a quedas em idoso, levando em conta variáveis psicossociais, socioeconômicas e demográficas.
Problematização das quedas e identificação dos fatores de risco por meio da narrativa de idosos	Morsch; Myskiw e Myskiw	2016	Porto Alegre-RS	Investiga a não percepção das quedas como um potencial problema para os idosos e a percepção dos idosos em relação aos fatores de risco para quedas.

**Fatores Intrínsecos**

Os principais fatores intrínsecos citados nos artigos foram idade avançada; sexo feminino; uso de medicamentos; fatores psicológicos; problemas crônicos de saúde; diminuição da acuidade visual; dependência funcional e alterações no equilíbrio (ABREU *et al.*, 2016; MORSCH; MYSKIW; MYSKIW, 2016; GULLICH; CORDOVA, 2017; CHEHUEN NETO *et al.*, 2018; MALINI *et al.*, 2019; SOUZA *et al.*, 2019; FONSECA *et al.*, 2020).

Assim como traz a literatura nacional e internacional, a maioria dos estudos relacionou a idade avançada como um fator de risco para quedas. O estudo de Gullich e Cordova (2017), mostrou que quase 40% dos idosos com 80 anos ou mais sofreram alguma queda nos 12 meses anteriores à pesquisa. Além da maior porcentagem, o estudo de Abreu *et al.* (2016) também mostra que idosos com mais de 70 anos têm mais chances de sofrer quedas recorrentes. Isso tem relação, provavelmente, a uma diminuição progressiva das capacidades funcionais, ligada ao envelhecimento, que se verifica através da redução da força de membros inferiores, diminuição do equilíbrio e agilidade, aumentando o risco de quedas (VITOR *et al.*, 2015).

O sexo feminino foi relatado em três, dos sete artigos revisados, como fator de risco para quedas, indo ao encontro do que traz a literatura (ABREU *et al.*, 2016; MALINI *et al.*, 2019; SOUZA *et al.*, 2019). Os demais artigos não citaram esta variável ou não tiveram significância estatística quanto a ela.

Outro fator intrínseco citado na maioria dos estudos refere-se ao uso de medicamentos. O estudo de Chehuen Neto (2019) apontou que 78,9% dos idosos entrevistados faziam uso de medicamentos que aumentam o risco de quedas, como psicotrópicos, hipotensores e sedativos. Essa maior suscetibilidade às quedas pelos idosos que fazem uso de alguns medicamentos está associada aos efeitos adversos dessas drogas, que podem causar distúrbios do equilíbrio, respostas corretoras posturais alentecidas e hipotensão postural (FREITAS; PY, 2016).

Dentre os fatores clínicos associados ao risco de quedas, estão os distúrbios cardíacos, neurológicos, musculoesqueléticos ou outras condições que pudessem dificultar a deambulação ou a postura ereta (CHEHUEN NETO *et al.*, 2018). A dependência funcional e avaliação de saúde ruim também se mostraram variáveis significativas no estudo de Malini *et al.* 2019. Embora algumas condições clínicas sejam consideradas fatores não modificáveis, é preciso destacar a necessidade do desenvolvimento de ações que reduzam os impactos

negativos do envelhecimento e otimizem a qualidade de vida, como a prática de atividades físicas, já apontada na literatura como uma forma de amenizar fatores deletérios do envelhecimento, aumentando força muscular e melhorando o equilíbrio corporal (CRUZ; LEITE, 2018).

### **Fatores Extrínsecos**

O estudo de Chehuen Neto *et al.* (2018) elencou que os fatores de risco mais comuns associados às quedas são: luzes apagadas à noite; acordar à noite; piso escorregadio ou sem proteção e escada sem corrimão — todos presentes em mais de 60% dos idosos entrevistados. A pesquisa de Fonseca *et al.* (2020) também apresentou o fato de acordar à noite no escuro como um comportamento de risco para quedas. Dessa forma, atenta-se que os fatores de risco ambientais são contribuintes significativos para aumentar o risco de quedas quando associados a fatores intrínsecos relevantes tanto para idosos que vivem na comunidade quanto para aqueles que vivem em ILPI (SILVA *et al.*, 2016).

Adicionalmente, além dos fatores ambientais do domicílio, um estudo realizado em Porto Alegre também apontou calçadas esburacadas e sapatos inadequados como fatores de risco para quedas (MORSCH; MYSKIW; MYSKIW, 2016). É importante ressaltar que, embora alguns estudos apontem a importância de fatores extrínsecos ambientais para o risco de quedas, muitos desses fatores não são investigados e corrigidos, levando à ocorrência de novas quedas (LABRADOR *et al.*, 2016).

### **Fatores Socioeconômicos**

Fatores socioeconômicos como renda, escolaridade, arranjo doméstico, moradia inadequada ou em área rural e identificação étnico/racial; também foram citados nos artigos revisados (GULLICH; CORDOVA, 2017; CHEHUEN NETO *et al.*, 2018; SOUZA *et al.*, 2019; FONSECA *et al.*, 2020). Ademais, outros estudos também apontam que um menor nível socioeconômico, com baixa escolaridade, está associado ao maior risco de quedas. Isso pode estar relacionado à menor possibilidade de intervenções no ambiente, muitas vezes com habitações com estrutura precária e menor acesso à saúde (ABREU *et al.*, 2016; CRUZ; LEITE, 2018).

O estudo de Abreu *et al.* 2016 também associou a baixa escolaridade e a baixa renda como contribuintes para quedas devido à maior vulnerabilidade social e também a uma pior

autopercepção de saúde, outra variável de destaque para aumentar o risco de quedas. Além disso, idosos mais vulneráveis socialmente também podem ter menor apoio social ou familiar, o que influencia nas condições emocionais e psicológicas (FONSECA *et al.*, 2020). A literatura atual também traz que o apoio familiar é indispensável para que o idoso consiga realizar atividades físicas, que são indispensáveis na prevenção de quedas (FINNEGAN; BRUCE; SEERS, 2019).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir dos resultados encontrados, entende-se que a ocorrência de quedas em idosos na comunidade tem caráter multifatorial, incluindo variáveis como idade avançada, sexo, condições clínica e funcional, bem como fatores ambientais e socioeconômicos. Apesar da diversidade dos fatores de risco, é indispensável que estes sejam conhecidos para que as orientações corretas de prevenção sejam difundidas à população. Aponta-se a necessidade de mais estudos que busquem, principalmente, analisar os fatores de risco socioeconômicos e também psicológicos, visto que a maior parte dos estudos revisados focava especialmente em idade, sexo e condições clínicas.

Ademais, percebe-se que a totalidade dos estudos revisados pertencia às regiões Sul, Sudeste e Centro-Oeste, sendo a maioria da região Sudeste. Nota-se, portanto, a importância e a necessidade de estudos realizados nas regiões Nordeste e Norte do Brasil, para que se conheça as características epidemiológicas peculiares e os fatores de risco predominantes destas regiões. Por fim, este estudo torna-se relevante por reunir informações mais amplas acerca dos fatores de risco associados a quedas em idosos residentes na comunidade e, assim, servir como instrumento embasado cientificamente para o maior acesso e divulgação de informações relacionadas à saúde da população idosa brasileira.

## REFERÊNCIAS

- ABREU, D. R. O. M. *et al.* Fatores associados a quedas recorrentes em uma coorte de idosos. **Rev. Cien. Saúde Colet.**, V. 21, N. 11, 2016.
- CHEHUEN NETO, J. A. *et al.* Conscientização sobre quedas e exposição de idosos a fatores de risco domésticos. **Ciênc. saúde colet.**, V. 23, N. 4, 2018.

CRUZ, D. T.; LEITE, I. C. G. Quedas e fatores associados em idosos residentes na comunidade. **Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.**, V. 21, N. 5, P. 551-561, 2018.

GULLICH, I.; CORDOVA, D. D. P. Queda em idosos: estudo de base populacional. **Rev Soc Bras Clin Med.**, V. 15, N. 4, P. 230-234, 2017.

ELIAS FILHO, J. *et al.* Prevalência de quedas e fatores associados em uma amostra comunitária de idosos: uma revisão sistemática e meta-análise. **Cad. Saúde. Pub.**, V. 35, N. 8, 2019.

FINNEGAN, S.; BRUCE, J. SEERS, K. O que permite que os idosos continuem com seus exercícios de prevenção de quedas? Uma revisão sistemática. **Qualitativa BMJ Open**, V. 9: e026074, 2019.

FONSECA, R. F. M. R. *et al.* Comportamento de risco e fatores para quedas em idosos: experiências de Agentes Comunitários em Saúde. **Aquichan**, V. 20, N. 2: e 2023, 2020.

FREITAS, E. V.; PY, L. **Tratado de geriatria e gerontologia**. 4. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2016.

LABRADOR, D. C. *et al.* Fatores de risco associados a quedas em idosos na policlínica de ensino Hermanos Cruz. **Revista de Ciências Médicas de Pinar del Río**, V. 20, N. 1, 2016.

MALINI, F. M. *et al.* Prevalência de quedas e fatores associados em idosos do Rio de Janeiro, Brasil: Estudo FIBRA-RJ. **Geriatrics, Gerontology and Aging.**, V. 13, N. 3, 2019.

MORSCH, P.; MYSKIW, M.; MYSKIW, J. C. Problematização das quedas e identificação dos fatores de risco por meio da narrativa de idosos. **Rev. Cien. Saúde Colet.**, V. 21, N. 11, 2016.

SHARIF, S. I. *et al.* Falls in the elderly: assessment of prevalence and risk factors. **Pharmacy practice**, V. 16, N. 3, P. 1206.

SILVA, W. F. L. T. *et al.* Fall Determinants and Associated Factors in Older People. **International Journal of Sports Science**, V. 6, N. 4, P. 146-15, 2016.

SOUZA, A. Q. *et al.* Incidência e fatores preditivos de quedas em idosos residentes na comunidade: um estudo longitudinal. **Rev. Cien. Saúde Colet.**, V. 24, N. 9, 2019.

VITOR, R. *et al.* Prevalência de quedas em mulheres idosas. **Rev. Acta Ortopédica Brasileira**. V. 23, N. 3, P. 158-161