

# QUEDAS EM PESSOAS IDOSAS: FATORES DE RISCO, PREVENÇÃO E IMPACTO NA SAÚDE: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Hugo Araújo de Barros II (Acadêmico do Curso de Enfermagem da UEPB)  
Lauriston Emmanoel Barros Soares(Orientador)  
Email: hugo.ii@aluno.uepb.edu.br, lauristonsoares@hotmail.com

## 1. INTRODUÇÃO

O aumento da população idosa, já observado em nações desenvolvidas, agora está se tornando uma realidade também em países como o Brasil. Esse cenário tem levado tanto a pesquisadores quanto a profissionais de saúde a concentrar seus esforços na busca de estratégias que promovam a saúde e o bem-estar dessa população.

Isso decorre da compreensão de que, ao envelhecer, os idosos frequentemente enfrentam doenças crônicas e degenerativas. Portanto, cabe aos profissionais de saúde não apenas sugerir, mas também conscientizar os pacientes sobre a importância de gerenciar e preservar sua funcionalidade enquanto enfrentam essas condições de saúde ao longo do tempo. A ocorrência de quedas, embora seja um evento externo ao controle do indivíduo, resulta, na velhice, da soma de todos os fatores previamente mencionados que contribuem para a denominada "incapacidade funcional". Essas quedas têm uma importância significativa no contexto do envelhecimento populacional, afetando um grande número de pessoas nessa faixa etária.

A frequência com que essas quedas ocorrem, o que é igualmente comum, resulta em prejuízos que afetam fisicamente o processo de fragilização e têm implicações nos aspectos psicossociais do idoso. O objetivo do artigo é promover uma visão abrangente que destaque os aspectos relacionados às quedas, os quais são de interesse compartilhado por todos os profissionais de saúde envolvidos no cuidado de idosos.

## 2. MATERIAIS E MÉTODOS

A fim de atingir o objetivo proposto, rever detalhadamente os aspectos e fatores contribuintes para quedas em pessoas idosa, utilizou-se como fonte de pesquisa material atualizado entre os anos de 2019 a 2023, tendo como bases de busca Scielo, PubMed entre outras fontes do idioma português. Para uma melhor adaptação do tema "queda" à informação que pretendemos abordar neste estudo, os resultados da pesquisa foram organizados em subtítulos que direcionam e definem as categorias de pesquisa relacionadas às quedas. Essas categorias incluem: aspectos epidemiológicos, fatores associados, consequências das quedas, estratégias de prevenção e abordagens de intervenção nas quedas.

## 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

É possível correlacionar a sarcopenia com a diminuição da força de preensão manual, a perda de peso e a sensação de exaustão, já que essa condição resultante do processo de envelhecimento humano envolve a redução tanto da massa quanto da força muscular. Esse quadro pode levar à diminuição do equilíbrio, à perda de agilidade e, conseqüentemente, ao aumento do risco de quedas e fragilidade. Além disso, a redução da velocidade de caminhada também pode estar relacionada à sarcopenia ou à diminuição das habilidades proprioceptivas e vestibulares, prejudicando o equilíbrio. No entanto, os componentes de fragilidade que mais se associam à ocorrência de quedas são principalmente a redução da força de preensão manual.

## 4. CONCLUSÃO

A identificação de idosos com um maior risco de quedas é de suma importância para o âmbito da saúde pública. Isso ocorre porque essa identificação pode ser uma ferramenta valiosa para autoridades de saúde locais e profissionais que atuam na Atenção Primária à Saúde, permitindo o rastreamento de grupos populacionais em situação de risco. Além disso, essa identificação pode orientar a implementação de medidas preventivas e programas de promoção da saúde, adaptados às necessidades individuais e coletivas específicas dos idosos, com foco na promoção de um envelhecimento ativo e saudável. Essa abordagem integral à saúde pode ainda promover a colaboração entre diversos setores, abrangendo áreas interdisciplinares, e garantir o financiamento adequado e a participação da comunidade, como preconizado pela Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa.

## 5. REFERÊNCIAS

FIORITTO, A. P. Prevalência do risco de queda e fatores associados em idosos residentes na comunidade. *Revista Brasileira de Gerontologia*, 2020, 23 (2), e. 200076. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/rbagg/a/5pYTNLW9fYvvWzQdZbpncNt/#>

Acesso em 27 de ago de 2023.

DUARTE, G. P; et al. Relação de quedas em idosos e os componentes de fragilidade. Tese de Doutorado do departamento de medicina social, Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto, 2019, V. 21, n 2. Disponível em:

<https://scielosp.org/article/rbepid/2018.v21suppl2/e180017/#>

Acesso em 27 de ago de 2023.