

AValiação DO RISCO DE QUEDAS EM IDOSOS DURANTE O PERÍODO DE PANDEMIA COVID-19

Cintya Karine de Albuquerque¹
Exedito Magalhães de Farias Junior²
Gabriela da Silva Ramos³
Marco Vinicius Acioli da Gama⁴
Lucas Mattos de Lima Sobral⁵

RESUMO

O envelhecimento está associado ao declínio de capacidades físicas que se relacionam com desfechos na saúde como o aumento do número de quedas. As quedas podem gerar fraturas, hospitalizações, mortes e etc., porém a prática de exercício físico se mostrou uma estratégia eficiente para diminuir esse risco. Portanto, o objetivo deste estudo é descrever a prevalência de fatores de risco de quedas em idosas durante o período de pandemia de COVID-19. Trata-se de um estudo observacional retrospectivo, a amostra foi composta por 51 idosas que praticavam hidroginástica pelo menos duas vezes por semana e que devido à pandemia precisaram se afastar desta prática. O Questionário on-line para Avaliação do Risco de Quedas em Idosos foi aplicado no período pós pandêmico, imediatamente após a volta das atividades presenciais, mais especificamente entre outubro e dezembro de 2021. Trata-se de um questionário recordatório sobre a percepção de fatores de risco para quedas durante o período pandêmico. Distribuições de frequências foram realizadas para cada opção de resposta. Todas as análises foram realizadas através do Statistical Package for Social Science (SPSS) versão 20.0. A média de idade foi de $71,7 \pm 8,6$ anos. Mais da metade das idosas relataram sentir fraqueza nas pernas devido a pandemia (27,5%), enquanto 23,5% enfrentaram dificuldade para caminhar, fraqueza nos braços e cansaço ou esgotamento. Além disso, 19,6% sentiram tonturas ao ficarem em pé ou caminhando, e 19,9% experimentaram fraqueza generalizada. Os dados obtidos apontam que durante o período pandêmico houve aumento nos fatores de risco que levam idosos a sofrerem quedas. Essas informações podem ser atualizadas em estratégias que visem promover um envelhecimento saudável.

Palavras-chave: Envelhecimento, Exercício físico, quedas, COVID-19, isolamento social.

¹ Graduanda do Curso de Educação Física da Universidade de Pernambuco - PE, cintya.albuquerque@upe.br;

² Graduando do Curso de Educação Física da Universidade Pernambuco - PE, exedito.magalhaes@upe.br;

³ Graduada pelo Curso de Educação Física da Universidade Pernambuco - PE, gabriela.silvaramos@upe.br;

⁴ Graduando do Curso de Educação Física da Universidade de Pernambuco - PE, marco.gama@upe.br;

⁵ Professor orientador: Mestrando, Universidade de Pernambuco - PE, lucas.mattos@upe.br.