



Congresso Internacional de Envelhecimento Humano

Avanços da ciência e das políticas públicas para o envelhecimento

QUEDAS NA POPULAÇÃO IDOSA

Natalia Leite Pedrosa (UFPB)

Kelma Rayanne Santos Moura (UFPB)

Débora Cristina Alves Barros (UFPB)

Leila de Cássia Tavares da Fonsêca.(UFPB)

INTRODUÇÃO

Em todo o mundo, o aumento da população idosa ocorre de forma rápida, principalmente nos países em desenvolvimento. Juntamente a essas transformações estão ocorrendo mudanças no perfil de morbimortalidade da população, o que gera preocupação com a qualidade de vida dessas pessoas¹.

As quedas são conceituadas como o deslocamento para um nível inferior à posição inicial, não intencional e com incapacidade de correção em tempo hábil, comprometendo a estabilidade da pessoa. Muitas vezes são consideradas como um evento normal na terceira idade devido a sua alta prevalência em pessoas idosas². Alguns fatores podem ser sugestivos para a alta incidência, dentre eles, os principais são: sexo feminino, idade acima de 75 anos, quedas recorrentes, comprometimentos nas atividades de vida diária, uso de medicamentos e alterações de equilíbrio e mobilidade³.

Muitos idosos apresentam medo após a queda, o que ocasiona não somente o medo de recorrência, mas também da hospitalização, de machucar-se, da imobilização e de tornar-se dependente para autocuidado e atividades da vida diária³.

Dentre as ações realizadas pelos enfermeiros, o cumprimento do Processo de Enfermagem surge como importante instrumento, pois permite o conhecimento das respostas humanas alteradas, contribuindo assim para o cuidado individualizado. É necessário que o enfermeiro conheça e levante os fatores de risco de quedas em idosos, para à identificação da situação e possível prevenção, que deve ser foco dos cuidados de enfermagem⁴. Assim, torna-se fundamental que o enfermeiro e sua equipe iniciem e intensifiquem o estabelecimento de estratégias voltadas à prevenção de quedas em pessoas idosas, estejam essas hospitalizadas, institucionalizadas ou domiciliadas⁵.

Este fenômeno merece destaque e configura-se como um grande problema de saúde pública por ocorrer com muita frequência, apresentar elevada morbimortalidade e possuir elevado custo social e econômico decorrentes das lesões provocadas e principalmente por serem eventos que podem ser prevenidos¹.

Diante da delicadeza do assunto, surgiu a necessidade de pesquisar o que a literatura discorre sobre as quedas na população idosa com o intuito de conhecer a prevalência das mesmas neste grupo etário e atentar para os fatores associados como sua frequência.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo de Revisão Sistemática da Literatura, partindo da necessidade de avaliação de artigos que contemplassem a queda na população idosa. Utilizou-se o Centro Latino-Americano e do Caribe de Informação em Ciências da Saúde (BIREME) para a seleção das publicações,

com base nas fontes LILACS e SciELO.

Foram utilizados os descritores: envelhecimento, quedas e idoso, para a busca, obtendo-se um total de 1.132 artigos, sendo 334 no idioma português, onde apenas 217 eram em texto completo. Destes, fizeram parte da amostra apenas dez artigos, haja vista que os demais não se trataram de pesquisas direcionadas ao objetivo proposto.

Após a identificação dos artigos, realizou-se a leitura exaustiva dos mesmos, observando-se o tema e conteúdos gerais para posterior organização dos discursos mais predominantes que atendessem ao objetivo da pesquisa. Foram consideradas mais complacentes aquelas características que se repetiram pelo menos em dois artigos distintos. Em seguida realizou-se a combinação dos achados procurando capturar a ideia central do texto nas publicações.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O aumento acentuado da população idosa em todo o mundo traz para os órgãos governamentais e para a sociedade constantes desafios, e para superá-los deve-se buscar os determinantes das condições de saúde dos idosos e conhecer as diversas facetas do processo de envelhecer⁶.

Por ser um evento comum e possuir consequências desastrosas, a queda é muito temida pelos idosos. Este tipo de evento, na sua maioria, ocorre no ambiente domiciliar, principalmente durante atividades cotidianas, como subir e descer escadas e ir ao banheiro⁷.

Para manter a estabilidade postural quando em pé, o cérebro necessita



Congresso Internacional de Envelhecimento Humano

Avanços da ciência e das políticas públicas para o envelhecimento

processar velozmente sinais que vêm dos sistemas visual, vestibular e somatossensorial. O equilíbrio entre esses sistemas pode se deteriorar quando qualquer um desses sistemas falha individualmente ou coletivamente, e essa deterioração decorre tanto de um processo natural associado ao envelhecimento quanto do resultado de alguma doença⁸.

Além de fraturas, as quedas geram diminuição da qualidade de vida, medo de andar e perda da capacidade de realização de tarefas do dia-a-dia, tornando-se uma das principais causas de hospitalização (40%) e morte em pacientes geriátras. As causas das quedas advêm de diversos fatores, tanto extrínsecos (alteração no ambiente, iluminação inadequada) como intrínsecos (doença física e alterações neurológicas), o uso de muitos medicamentos e abuso de álcool e drogas⁸.

As quedas muitas vezes ocorrem pelo somatório de diversos fatores de risco e múltiplas causas, o que torna difícil a análise restrita de um fator como causador do evento. Porém, as que ocorrem advindas de uma causa extrínseca ao indivíduo são na sua maioria acidentais e por isso ocorrem de forma única e são de difícil repetição; já as quedas advindas de fatores intrínsecos, como as derivadas de alterações fisiológicas por conta do envelhecimento e uso de medicamentos, são recorrentes².

Esse tipo de evento apresenta maior ocorrência na a população feminina, nos idosos com alterações na marcha, no equilíbrio, alterações visuais e auditivas e naqueles com diminuição de atividades da vida diária. Doenças como depressão, doença de Parkinson, hipertensão, insuficiência cardíaca, osteoporose, incontinência urinária e problemas relacionados ao sono configuram-se como fatores de risco para quedas em idosos⁹.



Congresso Internacional de Envelhecimento Humano

Avanços da ciência e das políticas públicas para o envelhecimento

Os idosos que sofrem queda, na sua maioria, não conseguem retornar ao seu estado funcional anterior, já que se tornam dependentes parcial ou totalmente para realização das atividades básicas da vida diária, pois mudam seu estilo de vida por desenvolverem limitações de mobilidade. Muitos também apresentam o medo de voltar a cair, a baixa da autoestima e a vergonha da situação de dependência, o que diminui o otimismo em relação ao futuro reduzindo a qualidade de vida desses idosos¹⁰.

É de fundamental importância identificar os fatores de risco para quedas em idosos para que se possam planejar estratégias de prevenção, reorganização ambiental e de reabilitação funcional. Para a obtenção de uma maior eficácia das estratégias sugeridas é necessária uma abordagem multiprofissional e interdisciplinar, com o intuito de reduzir o risco de quedas, evitar a dependência e diminuir a morbidade e a mortalidade dos idosos¹⁰.

CONCLUSÃO

Devido às quedas serem responsáveis pela diminuição da capacidade funcional e da qualidade de vida da população idosa, a equipe de enfermagem deve incentivar os pacientes e suas famílias a realizarem mudanças tanto no estilo de vida quanto no ambiente. Grande parte dos idosos são portadores de diversos distúrbios e por isso tornam-se clientes mais complexos e que exigem do enfermeiro mais tempo para prestação de cuidados, e por isso é de grande importância que a equipe mantenha-se ao lado desse paciente, monitorando-o continuamente e passando segurança para que ele possa se recuperar o mais rapidamente possível. Logo, faz-se necessário individualizar o cuidado, com o intuito de diminuir e compensar as limitações inerentes à idade e debilidade da



Congresso Internacional de Envelhecimento Humano

Avanços da ciência e das políticas públicas para o envelhecimento

velhice.

REFERÊNCIAS

1. Cruz DT, Ribeiro LC, Vieira MT, Teixeira MTB, Bastos RR, Leite ICG. Prevalência de quedas e fatores associados em idosos. Rev. Saúde Pública [serial on the Internet]. 2012 Feb [cited 2013 Apr 16] ; 46(1): 138-146. Available from: http://www.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-89102012000100017&lng=en. Epub Dec 20, 2011.
2. Rezende CP, Gaede-Carrillo MRG, Sebastião ECO. Queda entre idosos no Brasil e sua relação com o uso de medicamentos: revisão sistemática. Cad. Saúde Pública [serial on the Internet]. 2012 Dec [cited 2013 Apr 16] ; 28(12): 2223-2235. Available from: http://www.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X2012001400002&lng=en.
3. Silva Alexandre da, Faleiros Henrique Herculano, Shimizu William Akira Lima, Nogueira Luciene de Moraes, Nhãn Luciane Lopes, Silva Bruna Maiara Freitas da et al . Prevalência de quedas e de fatores associados em idosos segundo etnia. Ciênc. saúde coletiva [serial on the Internet]. 2012 Aug [cited 2013 May 18] ; 17(8): 2181-2190. Available from: http://www.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232012000800028&lng=en.
4. Santos Silvana Sidney Costa, Silva Marília Egues da, Pinho Leandro Barbosa de, Gautério Daiane Porto, Pelzer Marlene Teda, Silveira Rosemary Silva da. Risco de quedas em idosos: revisão integrativa pelo diagnóstico da North American Nursing Diagnosis Association. Rev. esc.



Congresso Internacional de Envelhecimento Humano

Avanços da ciência e das políticas públicas para o envelhecimento

- enferm. USP [serial on the Internet]. 2012 Oct [cited 2013 May 18] ;
46(5): 1227-1236. Available from:
http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342012000500027&lng=en.
5. Freitas Ronaldo de, Santos Silvana Sidney Costa, Hammerschmidt Karina Silveira de Almeida, Silva Marília Egues da, Pelzer Marlene Teda. Cuidado de enfermagem para prevenção de quedas em idosos: proposta para ação. Rev. bras. enferm. [serial on the Internet]. 2011 June [cited 2013 May 18] ; 64(3): 478-485. Available from:
http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-71672011000300011&lng=en.
6. Nicolussi AC, Fhon JRS, Santos CAV, Kusumota L, Marques S, Rodrigues RAP. Qualidade de vida em idosos que sofreram quedas: revisão integrativa da literatura. Ciênc. saúde coletiva [serial on the Internet]. 2012 Mar [cited 2013 Apr 16] ; 17(3): 723-730. Available from: http://www.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232012000300019&lng=en.
7. Pinho TAM, Silva AO, Tura LFR, Moreira MASP, Gurgel SN, Smith AAF et al. Avaliação do risco de quedas em idosos atendidos em Unidade Básica de Saúde. Rev. esc. enferm. USP [serial on the Internet]. 2012 Apr [cited 2013 Apr 16] ; 46(2): 320-327. Available from: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342012000200008&lng=en.
8. Müjdeci B, Aksoy S, Atas A. Avaliação do equilíbrio em idosos que sofrem queda e aqueles que não sofrem quedas. Braz. j. otorhinolaryngol. [serial on the Internet]. 2012 Oct [cited 2013 Apr 16] ; 78(5): 104-109. Available from:
http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-

86942012000500016&Ing=en.

9. Pereira AA, Ceolim MF, Neri AL. Associação entre sintomas de insônia, cochilo diurno e quedas em idosos da comunidade. Cad. Saúde Pública [serial on the Internet]. 2013 Mar [cited 2013 Apr 16] ; 29(3): 535-546. Available from: http://www.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X2013000700011&Ing=en.
10. Almeida ST, Soldera CLC, Carli GA, Gomes I, Resende TL. Análise de fatores extrínsecos e intrínsecos que predispõem a quedas em idosos. Rev. Assoc. Med. Bras. [serial on the Internet]. 2012 Aug [cited 2013 Apr 16] ; 58(4): 427-433. Available from: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-42302012000400012&Ing=en.