



## Congresso Internacional de Envelhecimento Humano

Avanços da ciência e das políticas públicas para o envelhecimento

### QUEDAS EM IDOSOS: FATORES CAUSAIS E MEDIDAS PREVENTIVAS

**CORDEIRO, Alane Juscení Menezes**

ARAÚJO, George Luiz de Souza

BEZERRA, Isaura Carolina Brandão

GADELHA, Marília Moreira Torres

SILVA, Francisco Eudes da

#### RESUMO

**INTRODUÇÃO:** O aumento da expectativa de vida da população é uma realidade de diversos países. O envelhecimento é um processo natural e contínuo que envolve progressivas alterações morfológicas e fisiológicas, acarretando o comprometimento e a degradação das funções do indivíduo, tornando-o mais frágil e susceptível a quedas, as consequências destas e outras morbidades. Diante desse cenário, estudar a problemática associada à quedas em pessoas idosas tem sido um assunto de grande relevância; mas também, desafiador no que tange a sua contribuição na promoção do bem-estar dos idosos. **OBJETIVO:** Fazer um levantamento bibliográfico sistematizado para analisar pesquisas realizadas nos últimos anos (2009-2013) que avaliaram as causas da ocorrência de quedas em idosos, suas consequências e sua contribuição na prevenção de quedas e promoção do bem-estar dos idosos. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma pesquisa bibliográfica descrita e exploratória, com abordagem qualitativa, onde foram pesquisados artigos indexados em sítios de base de dados, tais como Scielo, Bireme e Periódicos Capes. Os seguintes termos foram usados no campo de pesquisa: “queda em idosos” “causas e consequências”, “fatores de risco para quedas em idosos”,



## Congresso Internacional de Envelhecimento Humano

Avanços da ciência e das políticas públicas para o envelhecimento

“prevenção de quedas em idosos”. Os critérios de inclusão para seleção dos estudos foram artigos publicados no período entre 2010 e 2013, disponíveis em língua portuguesa. **RESULTADOS:** Para melhor compreensão da temática em estudo, os dados obtidos com a pesquisa em sete documentos encontrados na base Periódicos Capes, Scielo e Bireme ressaltaram que, as principais causas de quedas em idosos podem estar associadas a fatores intrínsecos tais como diminuição da massa óssea e da força muscular, da acuidade visual, distúrbios da audição, processos patológicos osteoarticulares, efeitos adversos de medicamentos, distúrbios neurológicos e cardiovasculares. Como causas extrínsecas: pisos escorregadios, tapetes soltos, móveis baixos ou elevados, calçados inadequados, ausência de corrimões, e iluminação inadequada. Os sete artigos ainda levantaram como consequência das quedas e agravos como hematomas, escoriações, fraturas ósseas (principalmente de fêmur), até óbito. Além dessas apresentadas, foram listadas alterações psicológicas, sendo a depressão a que ocorre com maior frequência. Contudo, pode-se observar que a prevenção das quedas pode ser uma maneira de minimizar o aumento da morbidade entre os idosos. **CONCLUSÃO:** Dessa forma fica evidenciado que, as quedas em idosos é um tema de bastante relevância, pois esses agravos levam a um grande número de pessoas idosas internadas em hospitais, onde medidas preventivas tornam-se necessárias objetivando maximizar a qualidade de vida da população idosa. Entre estas medidas estão as extrínsecas como: eliminar os perigos presentes no ambiente domiciliar do idoso, tais como: ambientes com pouca luminosidade, tapetes escorregadios, muitos móveis ou objetos espalhados pela casa. E com cuidados do próprio idoso, deve-se orientá-lo para não tomar medicamentos sem prescrição médica, fazer atividade física moderada e regular.



**Palavras-chave:** Idoso. Quedas. Prevenção.

Campina Grande-PB/Brasil  
13 a 15 de junho de 2013  
[www.cieh.com.br](http://www.cieh.com.br)